

**UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI**

**La quête de l'unification comme horizon de déploiement  
personnel et relationnel**

*Itinéraire initiatique d'une praticienne chercheure*

Mémoire présenté

dans le cadre du programme de maîtrise en études des pratiques psychosociales  
en vue de l'obtention du grade de maître ès arts

PAR

**© JOANNE BÉDARD**

**Août 2015**



**Composition du jury :**

**Diane Léger, Présidente du jury, Université du Québec à Rimouski**

**Jeanne-Marie Rugira, directrice de recherche, Université du Québec à Rimouski**

**Paule Lebrun, examinatrice externe, École Ho rite de passage**

Dépôt initial le 31 octobre 2014

Dépôt final le 20 août 2015





UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI  
Service de la bibliothèque

Avertissement

La diffusion de ce mémoire ou de cette thèse se fait dans le respect des droits de son auteur, qui a signé le formulaire « *Autorisation de reproduire et de diffuser un rapport, un mémoire ou une thèse* ». En signant ce formulaire, l'auteur concède à l'Université du Québec à Rimouski une licence non exclusive d'utilisation et de publication de la totalité ou d'une partie importante de son travail de recherche pour des fins pédagogiques et non commerciales. Plus précisément, l'auteur autorise l'Université du Québec à Rimouski à reproduire, diffuser, prêter, distribuer ou vendre des copies de son travail de recherche à des fins non commerciales sur quelque support que ce soit, y compris l'Internet. Cette licence et cette autorisation n'entraînent pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits moraux ni à ses droits de propriété intellectuelle. Sauf entente contraire, l'auteur conserve la liberté de diffuser et de commercialiser ou non ce travail dont il possède un exemplaire.



À toutes les femmes en quête de leur pouvoir personnel et à toutes celles qui ont été une inspiration sur mon chemin d'initiation : ma mère, Yvonne Jones, Jeanne-Marie Rugira et Paule Lebrun.



## **REMERCIEMENTS**

Je n'aurais pu déposer ce mémoire sans la contribution de plusieurs personnes. En commençant le projet de maîtrise, j'ai été inspirée par Jeanne-Marie Rugira, professeure à l'UQAR, au département de psychosociologie et travail social. Je me suis dit : « *cette femme a quelque chose à m'apprendre, elle sait se tenir debout face à un homme* ». Sans comprendre le chemin que cette intuition allait me faire faire, j'ai plongé et j'ai demandé à Jeanne-Marie d'être ma directrice de recherche. Le chemin d'initiation qui aboutit à la production de ce mémoire a été parsemé de plusieurs secousses sismiques. Dans cette aventure, telle une mère, Jeanne-Marie a su demeurer dans le lien et me permettre d'aller au bout de ce processus de recherche de nature tout à fait alchimique. Cette démarche de transformation personnelle, de renouvellement de ma pratique d'accompagnement et surtout de production de savoirs d'expériences me demandait de l'audace, du courage, de la constance, de la clairvoyance et de la patience. J'ai été bénie d'être si bien soutenue, encouragée et attendue.

Plusieurs autres professeurs de l'UQAR ont joué des rôles signifiants dans ma démarche. Je ne peux passer sous silence la présence de Mire-ô Tremblay qui a été une figure de transfert importante, et aussi une inspiration au niveau de l'apport de la dimension sacrée dans le changement humain. Diane Léger pour ses interventions délicates et pertinentes, Serge Lapointe pour sa bienveillance ainsi que Jean-Marc Pilon, Danielle Boutet et Pascal Galvani pour leur présence humaine et intellectuellement inspirante.

Je veux aussi souligner la précieuse contribution de Yvonne Jones, présente, elle aussi, tout au long de ce parcours. Elle m'a permis, en dehors du cadre universitaire, de comprendre et d'accompagner des émotions parfois intenses. Son support et son intégrité

m'ont aidée à prendre de la distance face à ce qui était soulevé, à départager ce qui m'appartenait de ce qui ne m'appartenait pas, en vue de récupérer mon pouvoir personnel.

J'ai aussi perdu ma mère, Françoise Perras, au cours de ce projet d'écriture. Je la sens encore très présente à mes côtés et je veux la remercier de sa ténacité et de son affection. Notre lien n'a pas toujours été facile et, malgré cela, elle est toujours demeurée confiante et, j'en suis certaine aussi, fière que j'arrive à la fin de ce processus. Femme de l'époque de la libération de la femme, elle a été très courageuse dans son chemin de réappropriation de son pouvoir personnel. Ce mémoire se veut aussi la poursuite de cette quête féminine.

Paule Lebrun a aussi été une inspiration dans ma vie et dans ma quête pour garder vivante la flamme de la femme sauvage en moi. À ses côtés, j'ai appris que le chemin ne sépare pas la dimension sacrée des dimensions psychique et relationnelle. Ce mémoire, à plusieurs égards, témoigne de son influence sur ma vie et de la gratitude que j'ai pour tous les enseignements qu'elle m'a transmis.

Plusieurs amis ont aussi été d'une aide précieuse. Je veux souligner en particulier la présence soutenue de Suzie Audet qui été une grande confidente et jumelle de parcours. Pauline Lacroix, grande alliée et sœur de chemin pour l'écriture de ce projet. André Lussier pour sa présence de cœur. Tous les collègues de ma cohorte universitaire, ainsi que Hélène Lévesque, Sylvie Guérin, France Gagné, Johanne Cauvier ont été d'une précieuse aide chacun, à leur manière.

Je ne peux passer sous silence la contribution des amoureux que j'ai eu dans ma vie et des figures masculines signifiantes dont celle de mon père. Dans ce chemin de vie, j'ai eu à apprendre à devenir une femme qui se tient debout auprès d'un homme et vous y avez tous contribué.

Il est aussi important pour moi d'offrir ma gratitude à mes sœurs et à mon frère. Nos liens, qui se resserrent avec le départ de nos parents, sont pour moi inestimables. Merci d'être là.

Enfin, je veux témoigner mon amour à mon compagnon de vie. Il a eu la patience de me voir écrire mes récits amoureux. Il m'a offert un terreau riche où peut s'exprimer, avec maturité, la femme que je suis devenue, et où il m'est possible de poursuivre mon évolution.





## ***RÉSUMÉ***

Ce mémoire présente le témoignage vibrant d'une quête initiatique d'une praticienne chercheuse dans un processus d'unification et de recherche du déploiement personnel et relationnel au féminin. Cette recherche exploratoire a été écrite sous la forme d'une recherche à la première personne et s'adresse tout autant à la dimension sacrée que psychologique et systémique du changement humain. Pour cela, l'auteure pénètre au cœur d'enjeux psychiques et relationnels de sa propre vie et questionne, à travers un récit initiatique, les conditions nécessaires au dénouement de l'emprise de ces identifications projectives.

Psychothérapeute de métier, la praticienne chercheuse et auteure de ce mémoire travaille avec une approche psychocorporelle intégrée. Elle est aussi guide en travail rituel et artiste multidisciplinaire. Son travail de recherche porte sur l'interfécondation de ses différents champs de pratique dans l'accompagnement de la personne. Son expérience personnelle et professionnelle l'a incité à entreprendre un processus de recherche et de réflexion sur sa pratique, dans une quête de renouvellement de cette dernière, de transformation de la praticienne et de production de connaissances.

Cette recherche-formation menée dans le cadre de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales à l'Université du Québec à Rimouski, met en scène une fresque rituelle où le praticien-chercheur vit un processus de transformation. Cette recherche se situe dans un paradigme compréhensif et interprétatif et a été menée selon une méthode qualitative de type heuristique et d'inspiration phénoménologique et herméneutique. La production de données qualitatives a été faite sous forme de journaux de recherche. L'interprétation de ces données qualitatives s'est faite en mode d'écriture et s'est déployée sous forme d'un récit initiatique.

Cette recherche exploratoire démontre la possibilité de se libérer, par un chemin initiatique, de l'emprise de croyances profondément enracinées qui maintiennent la personne sous l'emprise de l'inconscient parental. Elle illustre aussi l'efficacité de la multiplicité des approches, pour aborder la complexité des expériences faites d'affects intenses, sans une mémoire biographique explicite des contenus. La présente étude constate en effet qu'une combinaison de méthodes, contenu dans un espace plus vaste, le rituel, est aussi efficace dans une visée d'unification et de réappropriation de son pouvoir personnel et relationnel.

**Mots clés :** heuristique, initiation, unification, déploiement relationnel, renouvellement des pratiques, quête, accompagnement, processus rituel, transfert et contre-transfert



## ***ABSTRACT***

This thesis presents vibrant testimony to rites of initiation within a women's individuation and personal power process. This exploratory search was written in the form of first-person research and addresses at once the sacred, psychological and systemic dimensions of human change. To achieve this, the author zeroes in on psychic and relational issues in her own life and, through a initiatory story, questions the conditions necessary for freeing herself from the grip of these projective identifications.

A psychotherapist by trade, the practitioner-researcher and author of this thesis takes an integrated psychocorporal approach to her work. She is also a ritual worker and a multidisciplinary artist. Her research paper focuses on the cross-fertilization of her various areas of practice in assisting individuals. Her personal and professional experience prompted her to undertake a process of research and reflection on her practice, with a view to its renewal, her transformation as a practitioner and the production of knowledge.

This formative research, conducted as part of a Masters in the Study of Psychosocial Practices at the Université du Québec à Rimouski, features a ritual fresco in which the practitioner-researcher goes through a trans-formative process. This research lies within a comprehensive and interpretative paradigm and was conducted based on a phenomenologically- and hermeneutically-inspired and heuristic-style qualitative method. The production of qualitative data was done in the form of research journals. The interpretation of this qualitative data was done in write mode and deployed in the form of an initiatory narrative.

This exploratory research demonstrates how it is possible to free oneself, through an initiatory path, from deep-rooted beliefs that hold a person under the control of parental unconsciousness. It also illustrates the effectiveness of a multiplicity of approaches in dealing with the complexity of intense affect experiences, without an explicit biographical memory of their content. In fact, this study notes that a combination of methods, covering a broader area—rites—is equally effective for the unification and reappropriation of one's personal and relational power.

**Keywords:** heuristic, initiation, unification, relational deployment, renewal of practices, quest, support, ritual process, transfer and counter-transfer



## ***TABLE DES MATIÈRES***

<b>REMERCIEMENTS .....</b>	<b>ix</b>
<b>RÉSUMÉ .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xv</b>
<b>TABLE DES MATIÈRES.....</b>	<b>xvii</b>
<b>LISTE DES DESSINS .....</b>	<b>xxi</b>
<b>LISTE DES FIGURES .....</b>	<b>xxiii</b>
<b>INTRODUCTION .....</b>	<b>1</b>
<b>PARTIE I QUESTION.....</b>	<b>7</b>
<b>CHAPITRE 1 POSTURE ÉPISTÉMOLOGIQUE ET CHOIX MÉTHODOLOGIQUES.....</b>	<b>9</b>
<b>1.1 Recherche-formation expérientielle : vers quelle épistémologie? .....</b>	<b>9</b>
<b>1.1.1 Pour un paradigme compréhensif et interprétatif .....</b>	<b>12</b>
<b>1.2 Une approche de recherche qualitative.....</b>	<b>14</b>
<b>1.3 Une méthode heuristique d'inspiration phénoménologique .....</b>	<b>16</b>
<b>1.3.1 Sur l'étape de la question .....</b>	<b>23</b>
<b>1.3.2 Sur le processus d'exploration et de compréhension .....</b>	<b>24</b>
<b>1.3.3 Sur la communication .....</b>	<b>25</b>
<b>1.4 Outils de faisance de l'œuvre : une marche poïétique .....</b>	<b>26</b>
<b>1.4.1 Journaux de recherche .....</b>	<b>28</b>
<b>1.4.2 Les communications écrites et enregistrements .....</b>	<b>35</b>
<b>1.5 Terrain de recherche.....</b>	<b>36</b>
<b>1.5.1 La justification de ce terrain de recherche en regard de l'objet.....</b>	<b>36</b>
<b>1.6 La question du corps au cœur de cette recherche .....</b>	<b>37</b>

1.7	La question de la symbolique au cœur de ma démarche de recherche .....	38
1.8	La question du rituel comme une vision élargie du processus vécu.....	42
1.9	Analyse compréhensive et interprétative de données.....	44
1.9.1	Méthode d'analyse par journaux de recherche .....	45
<b>CHAPITRE 2 PROBLÉMATIQUE.....</b>		<b>49</b>
2.1	Pertinence personnelle : à propos de l'héritage de mon histoire .....	49
2.1.1	Mon univers professionnel au début de cette maîtrise.....	49
2.1.2	À propos de l'héritage de l'amour .....	50
2.1.3	À propos de ma quête spirituelle.....	52
2.1.4	À propos de ma vie artistique.....	53
2.1.6	À propos des mémoires collectives .....	55
2.1.7	Devenir un sujet responsable.....	56
2.2	Pertinence sociale et scientifique .....	57
2.2.1	De la responsabilité sociale .....	57
2.2.2	Du travail transférentiel.....	60
2.2.3	De la réintégration de la dimension du sacré.....	61
2.2.4	Existentiel .....	62
2.2.5	Législatif .....	62
2.3.	Problème de recherche.....	63
2.4	Question de recherche .....	65
2.5	Objectifs de recherche.....	65
<b>PARTIE II EXPLORATION ET COMPRÉHENSION .....</b>		<b>67</b>
<b>CHAPITRE 3 RÉCIT D'INITIATION : LA TRAVERSÉE D'UN AMOUR</b>		
<b>IMPOSSIBLE .....</b>		<b>71</b>
3.1	Scène 1 : L'intention de départ .....	71
3.2	Scène 2 : Le rêve de départ.....	72
3.3	Scène 3 : Le dilemme .....	73
3.4	Scène 4 : Le vortex amoureux .....	74
3.5	Scène 5 : Le miroir.....	76
3.6	Scène 6 : Qui est « Celle qui ne peut pas »? .....	77

3.7	Scène 7 : Premier pas à être reçu au féminin .....	79
3.8	Scène 8 : Rupture amoureuse vécue dans le silence.....	80
3.9	Scène 9 : Retour vers la famille après ma rupture amoureuse .....	81
3.10	Scène 10 : Temps de rêve chez les Amérindiens.....	84
3.11	Scène 11 : Renaître de ses cendres.....	84
3.12	Scène 12 : Concile de femmes solidaires .....	90
3.13	Scène 13 : Retour avec la grand-mère sur le concile.....	95
3.14	Scène 14 : Quête du Prince charmant .....	100
3.15	Scène 15 : Entrevoir le chemin pour sortir de l'utopie.....	103
3.16	Scène 16 : Un délai donné pour un temps de construction.....	105
3.17	Scène 17: Amour Sacré versus amour humain.....	106
3.18	Scène 18 : Le retour d'un amoureux.....	110
3.19	Scène 19 : Retour avec des Alliés sur la tentative de retour de l'ex- amoureux (Père).....	114
3.20	Scène 20 : Suivi avec une Mère .....	118
3.21	Scène 21 : Compétition féminine .....	123
3.22	Scène 22 : Quête de la féminitude.....	127
3.23	Scène 23 : La quête amoureuse versus la quête de l'absolu.....	128
3.24	Scène 24 : Un déménagement qui permet un pas de plus.....	130
3.25	Scène 25 : Un moment d'explicitation : La gardienne du cœur.....	134
3.26	Scène 26 : Prendre soin d'un bébé.....	137
3.27	Scène 27: Du conditionné à l'inconditionné.....	140
3.28	Scène 28 : La blessure .....	146
3.29	Scène 29 : L'artiste à l'œuvre de sa vie .....	150
3.30	Scène 30 : Un rêve sur l'abus .....	151
3.31	Scène 31 : Méditation matinale.....	154
3.32	Scène 32 : Rencontre d'une souffrance .....	155
3.33	Scène 33 : Leçon d'une brise.....	157
3.34	Scène 34 : Discussion avec des auteurs.....	159
3.35	Scène 35: Être responsable dans ses relations .....	161
3.36	Scène 36 : Un sentiment d'exclusion face à la famille.....	163

3.37	Scène 37 : La honte .....	166
3.38	Scène 38: Encore la honte .....	169
3.39	Scène 39 : Rencontre sur la honte avec Grand-mère .....	173
3.40	Scène 40 : Un travail laborieux .....	179
3.41	Scène 41 : Passer à l'acte avec une mère .....	182
3.42	Scène 42 : Maladie d'une mère et rapprochement avec une autre mère....	187
3.43	Scène 43 : Rêve d'un pas de plus vers le féminin.....	190
3.44	Scène 44 : Je t'aime maman.....	194
3.45	Scène 45 : Discussion avec un auteur sur le chemin de la désidentification.....	195
3.46	Scène 46 : Contenir et cheminer par rapport à l'absence d'un père .....	200
3.47	Scène 47 : Créer du sens avec son histoire .....	201
3.48	Scène 48 : Un nouvel amoureux : .....	204
3.49	Scène 49 : Mort d'une mère.....	206
3.50	Scène 50: Discussion avec grand-mère suite au décès d'une mère.....	207
3.51	Scène 51 : Fin d'une relation avec un père.....	209
<b>CHAPITRE 4 DISCUSSION ET MISE EN PERSPECTIVES.....</b>		<b>219</b>
4.1	Processus initiatique et renouvellement des pratiques relationnelles.....	219
4.1.1	De l'inertie au rituel .....	220
4.1.2	La ritualisation un chemin d'accompagnement .....	221
4.2	Objectifs.....	224
4.2.1	Observer et décrire les conditions qui participent à me mettre en situation de perdre ou de retrouver un sentiment d'unification au sein de relations signifiantes. ....	224
4.2.2	Retracer le parcours initiatique .....	230
4.3	Comprendre les articulations entre mes différentes actions .....	234
<b>CONCLUSION.....</b>		<b>237</b>
<b>BIBLIOGRAPHIE .....</b>		<b>243</b>



## *LISTE DES DESSINS*

Dessin 1 : Je suis forte et j'ai peur .....	6
Dessin 2 : L'ombre nourrit du vortex amoureux .....	75
Dessin 3 : Voie de passage .....	86
Dessin 4 : Mère inquiète qui ne peut pas parler .....	121
Dessin 5 : Rencontres de femmes .....	124
Dessin 6 : La femme menhir .....	132
Dessin 7: La honte .....	167
Dessin 8 : Je vois et j'aime .....	241



## ***LISTE DES FIGURES***

Figure 1:	L'emboîtement des différentes étapes du processus de recherche heuristique .....	26
Figure 2 :	Schéma des différentes étapes d'un rite d'initiation selon Vloet (1991).....	43
Figure 3 :	Organisation structurelle des différents personnages du récit.....	70
Figure 4 :	Processus d'auto-accompagnement.....	222
Figure 5:	Scénario d'introjections de mes principales croyances galères.....	225
Figures 6 et 7 :	Principales croyances erronées face à moi, au père et à la famille.....	226
Figure 8 :	L'amour impossible.....	228
Figure 9 :	Le sujet responsable .....	229
Figure 10 :	Le parcours initiatique.....	230
Figure 11 :	Interfécondation du conditionné et de l'inconditionné qui donne naissance au sujet.....	233



## **INTRODUCTION**

### **Le sujet de cette recherche**

Je me suis d'abord inscrite à la maîtrise en étude des pratiques psychosociales afin de me donner la possibilité de renouveler ma pratique professionnelle, dans le but de mieux intégrer les différents champs d'expertises que j'avais développés. J'ai rapidement compris que pour enrichir ma pratique professionnelle d'une nouvelle production de sens et de connaissance, je devais aussi m'engager dans un projet de transformation personnelle. Ainsi, le sujet chercheur que je suis devenue, dans le cadre de cette recherche formation qualitative et à la première personne radicale, a constamment été réinvesti dans ma démarche de praticienne réflexive. Le laboratoire expérientiel dans lequel j'ai plongé pour produire ce mémoire s'est situé à la fois au niveau existentiel, relationnel, intellectuel, créatif et spirituel avec pour objectif d'entrer dans une démarche de recherche susceptible de m'aider à produire du sens, de la santé et des connaissances.

La question de recherche qui a guidé cette démarche a trouvé ses racines, à la fois au sein de mon histoire personnelle et de mon histoire professionnelle. En ce début de maîtrise, mon questionnement dans les différentes sphères de ma vie, et en particulier dans le secteur relationnel m'a graduellement permis de camper les suites de ma recherche et de développer une question centrale afin de produire ce mémoire.

### **À l'origine de ma question de recherche**

Au début de ce travail de recherche, je réalise que je vis, dans ma vie personnelle des répétitions, qui freinent mon plein déploiement tant dans l'univers personnel que professionnel. Je suis consciente que les enjeux réactivés proviennent de mon premier scénario de vie sans en voir nécessairement toute l'ampleur. De plus en plus, je comprends

que pour arriver à réellement prendre mon pouvoir dans ma vie personnelle et professionnelle, je dois sortir de l'emprisonnement de mon identification et attachement à l'inconscient parental et familial. Ce qui m'intéresse alors à travers ce projet de maîtrise est de comprendre quel est le théâtre relationnel que je me rejoue et qui m'emprisonne. Je veux aussi voir de quelle manière j'arrive à prendre de la distance face à mon histoire et à graduellement me désidentifier de cet héritage familial qui me freine dans mon évolution et dans ma capacité d'aimer. Les outils que j'utilise, dans cette recherche à la première personne, proviennent à la fois de la dimension spirituelle, psychologique et relationnelle de l'être humain. Je désire ainsi observer de quelle manière ces divers champs de compétences peuvent se nourrir l'un l'autre dans cette quête de réappropriation de pouvoir personnel.

Lorsque je m'inscris à la maîtrise, je travaille, entre autre, pour une école en rites de passages. Baignant dans cet univers depuis plusieurs années, la forme d'écriture que j'ai choisie pour la production de ce mémoire en a été grandement influencée. L'angle initiatique a été une véritable découverte pour moi, puisque je pouvais à l'intérieur de ce cadre me déployer dans mes différentes forces en intégrant à la fois les dimensions symbolique, réflexive, psychologique et artistique, mon lien étroit avec la nature, mes relations personnelles et professionnelles... J'ai donc décidé d'utiliser ce cadre pour voir de quelle manière cette démarche pouvait contribuer à mon évolution. Ma question, à travers ma démarche de recherche-formation maîtrise, est ainsi devenue:

*« En quoi et comment mon engagement résolu dans un processus initiatique a-t-il contribué au renouvellement de ma pratique relationnelle et professionnelle ainsi qu'au déploiement de mon pouvoir personnel dans une visée d'unification ? »*

Trois objectifs m'ont alors guidée pour l'écriture. Je souhaitais :

**Observer** et décrire les conditions qui participent à me mettre en situation de perdre ou de retrouver un sentiment d'unification au sein de relations significantes.

**Retracer** mon parcours initiatique par une reconnaissance des conditions et des compétences déployées sur la voie de ma quête d'unification.

**Comprendre** les articulations qui relient la créativité, le travail rituel, le dialogue et la réflexivité dans ma pratique initiatique.

Sur le plan de la recherche, je me suis appuyée sur les travaux faits sur la question du transfert et du contre transfert dans les relations d'accompagnement. À cet égard, les travaux Delisle (2004), Dunn (2005), Cozolino (2002), Shore (1994), Siegel (1999) m'ont fortement inspirée. Au niveau spirituel et rituel plusieurs auteurs m'ont influencée dont : Hillman (1993), Campbell (2010), Houston (1990), Osho (2004), Tolle (2005), Khrishnamurti (1999), Moore (1994). L'originalité de cette recherche réside dans mon choix de faire une recherche dans le paradigme compréhensif avec une méthode heuristique (Craig, 1978) d'inspiration phénoménologique. Cette recherche en est donc une à la première personne radicale et elle tente de documenter une quête initiatique dans un projet d'auto-accompagnement. Ce travail de recherche a été fait dans le cadre d'un programme de formation universitaire en même temps que je me faisais accompagner dans une démarche psychologique. À travers cette étude, j'ai aussi été dans un processus dialogique continu avec ma communauté d'apprentissage ainsi qu'avec le comité de direction de ce mémoire. Je me devais d'allier ma démarche de recherche à d'autres types de démarches au service de mon projet de transformation. Je voulais, par ce type de travail, éviter de glisser dans l'enfermement de la pathologie et en même temps éviter aussi la catharsis sans réelle intégration. J'avais le sentiment que pour transcender ce qui m'habitait, j'avais besoin d'intégrer la dimension sacrée à ma démarche de compréhension. Dans ce projet d'auto-accompagnement, c'est la transdisciplinarité des approches utilisées qui fait l'originalité de cette recherche formation.

## **La structure de ce mémoire**

Ce mémoire se divise en deux parties, chacune comportant deux chapitres distincts.

Dans la première partie, on retrouvera les deux premiers chapitres, à savoir : la description de ma posture épistémologique et de mes choix méthodologique ainsi que la présentation de la problématique de cette recherche. Le premier chapitre sert à circonscrire les assises axiologiques, paradigmatiques, épistémologiques et méthodologiques de ma démarche. Il clarifie également les concepts de base et les références théoriques et pratiques qui ont inspiré et orienté tout ce travail de production de connaissance et de sens. Enfin, il décrit le terrain de recherche, les outils de recueils de données de recherche ainsi que le type d'analyse réalisé.

Le second chapitre décrit les circonstances dans lesquelles s'est élaboré mon choix de thème de recherche. Il clarifie les pertinences personnelles, sociales et scientifiques tout en problématisant l'objet de cette recherche.

La seconde partie de ce mémoire, aborde l'exploration et la compréhension. Elle comporte deux chapitres. Le premier présente mes données de recherche sous forme de fresques rituelles qui constituent un récit initiatique. Les données de recherche ont été produites et interprétées selon la méthode du journal d'itinérance de Barbier (1996). Dans ce chapitre, l'exploration et la compréhension se font de manière concomitante, c'est à dire que le chapitre comporte à la fois des histoires vécues, dessins, poèmes, rituels et rêves. Il est traversé par des vagues successives sur les plans descriptif, créatif, réflexif et analytique. Le dernier chapitre poursuit la compréhension en apportant un regard élargi sur mes données et en les synthétisant en divers tableaux.

À travers ce mémoire, j'ai graduellement déployé mon rêve personnel et professionnel qui est l'accompagnement de la personne dans une approche transdisciplinaire en s'adressant autant au corps, qu'à l'esprit et à l'âme dans une visée d'unification et aussi d'une responsabilisation sur un chemin d'auto-accompagnement.



**En guise d'ouverture sur ce processus initiatique**

Je termine cette introduction en vous présentant une œuvre créée en cours de recherche. Au moment où j'ai fait ce dessin, j'étais plongée au cœur de mes empêchements à vouloir m'amener au monde avec ma force et en même temps à me sentir prise par des forces invisibles.



Dessin 1 : Je suis forte et j'ai peur

**PARTIE I**  
**QUESTION**



## **CHAPITRE 1**

### **POSTURE ÉPISTÉMOLOGIQUE ET CHOIX MÉTHODOLOGIQUES**

Le sujet se trouve alors engagé dans une rencontre qui le transforme. [...] Cette rencontre de vérité incarne en même temps une rencontre avec soi. C'est là une vérité à laquelle je *participe*. Nul ne peut rester indifférent devant une œuvre d'art qui nous suspend à sa vérité. Cette révélation reconnue dans une œuvre d'art nous transforme aussi.

Jean Grondin

#### **1.1 RECHERCHE-FORMATION EXPERIENTIELLE : VERS QUELLE EPISTEMOLOGIE?**

Là où fleurit le pluralisme, il n'existe pas de contexte clairement structuré pour l'utilisation d'une technique.

Donald Schon

Dès le départ de ce projet de recherche, le corps professoral a clairement situé le cadre épistémologique dans lequel la maîtrise en étude des pratiques psychosociales est menée à l'Université du Québec à Rimouski. Elle vise, par un travail de réflexion critique et rigoureux sur l'expérience vécue et agie par les praticiens, à leurs transformations personnelles et professionnelles. Elle cherche aussi à accompagner, les praticiens dans l'explicitation et la formulation des connaissances développées en cours d'action. Il s'agit, comme le mentionne Pilon (2009, p.22), « d'une formation par production de savoirs où les apprenants sont invités, par l'entremise de la recherche, à réfléchir et développer un savoir sur leur propre pratique d'intervention ».

Je suis d'abord surprise d'apprendre qu'il est possible, dans un cadre de recherche universitaire, de faire de la recherche qualitative et que je puisse, de surcroît en être le principal sujet d'intérêt. Un certain doute s'installe. J'ai pourtant quitté le système éducatif pour cette raison. En effet, il me semblait complètement futile d'essayer de comprendre l'humain à travers des expériences sur les rats de laboratoire. Mais, la vraie question qui m'habite est la suivante : Puis-je être crédible ? Mon expérience singulière présente-t-elle suffisamment d'intérêt pour que je m'y arrête dans le cadre d'une maîtrise ? Puis, j'ai pris connaissance des écrits de Thierry Karsenti et Lorraine Savoie-Zajc. Ces auteurs soutiennent que ce type de recherche comporte le postulat suivant :

Certaines pratiques de recherche permettent un effectif développement professionnel car elles développent chez les personnes impliquées la confiance en ses capacités personnelles, la responsabilité face à ses choix de stratégie d'action et le sentiment que cette action peut permettre de progresser vers une transformation personnelle et professionnelle. (Karsenti et Savoie-Zajc, 2004, p.33)

Tranquillement, un chemin se fraie et je comprends que cette maîtrise m'offre la possibilité d'une transformation personnelle qui nécessairement aura une influence sur ma pratique. Règle générale, les praticiens ne sont pas des chercheurs dans le sens classique du terme. Ils se sont investis dans une pratique, ont développé des savoirs par essais et erreurs, et possèdent une connaissance implicite qui bien souvent meurt avec leurs pratiques. En effet, comme le précise avec justesse Donald Schön (1983), cité par Pilon (2005, p. 71), « Les praticiens en savent plus qu'ils ne le pensent et souvent ces savoirs demeurent à un niveau implicite ou tacite ». Dans le même sens, Donald Schön ajoute :

Bien qu'il nous arrive de penser avant d'agir, il demeure vrai que, la plupart de temps, notre comportement spontané en matière d'habiletés pratiques ne découle pas d'une opération intellectuelle préalable et, pourtant, nous démontrons une sorte de savoir-faire. (Schön, 1983, p. 206)

C'est donc dans cette perspective que cette maîtrise cherche à favoriser les échanges entre praticiens et à former des praticiens chercheurs. C'est dans leur milieu naturel que les actions des chercheurs se déroulent, et ils œuvrent dans une perspective systémique et interactive. D'après Thierry Karsenti et Lorraine Savoie-Zajc (2004, p.126), le savoir ainsi

produit: « [...] est donc vu comme enraciné dans une culture, un contexte, une temporalité. [...] les données sont de nature qualitative et l'épistémologie sous-jacente est interprétative ».

Cette recherche-formation se déroule au cœur même des lieux fondateurs de mon existence et prend racine dans mon expérience de vie. L'expérience du sujet chercheur est au centre de cette démarche de recherche de type compréhensif. Dans cette recherche, l'interprétation et la compréhension sont liées à l'écriture. Au fur et à mesure de ce processus d'écriture créateur qui utilise à la fois la dimension symbolique et réflexive, il y a un objet qui se dessine et s'anime pour développer une certaine prise de conscience. J'ai réalisé, en cours de processus, que ma démarche à travers ce mémoire a été une réelle initiation. C'est donc par l'écriture d'un récit d'initiation que j'ai décidé d'observer et d'interroger ma pratique. J'ai pour cela repris toutes mes notes depuis le début de ce mémoire en me demandant à travers quelle initiation j'étais passée dans le but d'intégrer, d'assimiler et de m'approprier mes acquis ainsi que de produire de la nouvelle connaissance. Puisque comme le dit Donald Schön (1983, p.210) : « Quand quelqu'un réfléchit sur l'action, il devient un chercheur dans un contexte de pratique ».

Écrire un texte initiatique sur le comment je m'accompagne à travers celle-ci est assez novateur, mais en même temps très proche de ma réalité puisqu'il me permet d'intégrer toutes les facettes de ma pratique, la créatrice, l'auteure, la poète, la psychothérapeute et la guide en travail rituel. Schön dit dans le même ordre d'idée :

Dans le cas d'une remarquable innovation en éducation, étudiée soigneusement par l'un de mes étudiants diplômés, il a été démontré que les « reproductions » les plus efficaces de la méthode en éducation étaient celles qui présentaient le moins de ressemblance. Les reproductions efficaces saisissent la « musique » de l'innovation et non pas les paroles. Pour dire cela autrement, la diffusion d'une approche innovatrice d'une situation problématique, n'est pas la reproduction, mais la ré-invention de la pratique originale. (Schön, 1983, p.219)

Je vous invite donc à lire ce mémoire comme on écoute une musique et à suivre la prosodie que je jouerai à l'aide de mes personnages, à travers mes rêves, dessins, poèmes,

marches, questionnements, rencontres... afin de découvrir comment l'interfécondation de ces processus m'amène vers une transformation personnelle et professionnelle.

### **1.1.1 Pour un paradigme compréhensif et interprétatif**

D'un point de vue historique, l'herméneutique classique est passée de l'art de l'interprétation des textes sacrés à une philosophie universelle de l'interprétation. Dilthey rejoint ainsi Husserl (1913) qui invitait les phénoménologues, dès le début du vingtième siècle, à chercher le sens plutôt qu'à vouloir expliquer puisque, selon lui, *l'explication voile le sens*. La maîtrise en étude des pratiques psychosociales préconise une inscription claire dans ce paradigme interprétatif. Il est très difficile d'étudier l'Homme avec la même approche que les sciences pures. De même, il me semble impossible de saisir le sens profond d'enjeux psychiques par des analyses quantitatives et statistiques. C'est pourquoi les sciences humaines se sont dotées d'une méthodologie rigoureuse qui cherche à appréhender l'humain avec un regard holistique et à comprendre le monde de l'esprit plutôt que d'établir des règles. Grondin (2006) dit à ce sujet :

Afin de fonder la spécificité méthodologique des sciences humaines, Dilthey s'inspire de la distinction [...] entre l'expliquer et le comprendre. Alors que les sciences pures cherchent à expliquer les phénomènes à partir d'hypothèses et de lois générales, les sciences humaines veulent comprendre une individualité historique à partir de ses manifestations extérieures. La méthodologie des sciences humaines sera ainsi une méthodologie de la compréhension. (Grondin, 2006, p.23)

Dans cette maîtrise, je cherche à comprendre une partie de l'histoire que je porte et répète à travers mes relations. Jean Grondin (2006) écrit, citant les propos innovants de Ricoeur (1986), que nous ne sommes pas seulement les héritiers passifs de l'histoire mais que nous avons également un pouvoir d'initiative ou de « reconstruction ». Grondin ajoute, toujours à la suite de Ricoeur (1986), que le soi de la connaissance de soi est le fruit d'une vie non seulement observée et réfléchie, mais aussi profondément examinée. C'est le projet que je porte dans ma démarche de recherche. Cette herméneutique du soi, ajoute Grondin (2006), à l'instar de Gadamer (1996), insiste sur le fait que l'être-affecté-par-le-passé n'est



pas la seule détermination de la conscience. En effet, comme le rappelle avec force et à juste titre (Grondin, 2006, p.91) : « L'homme, être de possibilités, peut reconfigurer son monde (mais aussi son passé, par la mémoire, le pardon, la reconnaissance) ».

Ainsi, le but de l'interprétation est maintenant celui de comprendre en soi le sentiment vécu de l'auteur en partant de ses expressions. « La triade du vécu, de l'expression et de la compréhension apparaît dès lors constitutive de l'herméneutique des sciences humaines » (Grondin, 2006, p.25). Rugira (2004) précise à la suite de Grondin que du point de vue méthodologique :

L'interprétation n'est pas une étape de la compréhension, elle ne se situe ni avant ni après celle-ci, comme un moyen poursuivant une fin. L'une est partie prenante de l'autre, elles procèdent d'un même mouvement et se comprennent mutuellement. Plus clairement disons que la compréhension s'achève ou s'exprime et s'explicite sous le mode de l'interprétation. (Rugira, 2004, p. 30)

Ce mouvement circulaire qui relie le vécu, l'expression, la compréhension et l'interprétation sera mis en évidence tout au long de ce mémoire. Le choix de la méthode d'analyse qualitative et interprétative de données qualitatives produites dans le cadre de la présente recherche est l'analyse à partir de mes journaux de recherche tel que présenté par René Barbier (1996). En effet, l'écriture des différents journaux (itinérance, élaboré et commenté) telle que préconisée par cet auteur permet d'incarner ce cercle herméneutique. La recherche devient alors une praxis humaine au même titre que les autres pratiques et laisse entrevoir les qualités inhérentes à ce que Craig (1988) identifie comme une science revitalisée de la personne.

Pour cet auteur :

La nouvelle « gestalt » qui en découle en est une qui décrit la recherche scientifique comme un processus qui met l'accent sur la compréhension plutôt que sur la preuve (Bridgman, 1955, pp. 351, 407); sur le sens plutôt que sur la mesure (Giorgi, 1971, pp. 11-14) ; sur la plausibilité plutôt que sur la certitude (Bridgman, 1927, pp. 33-35; 1959, p.63); sur la description plutôt que sur la vérification (Bridgman, 1959, p.239; Van Kamm, 1959, pp. 70-72); sur sa propre autorité plutôt que sur une approbation extérieure (Bridgman, 1955, pp. 43-80; sur une implication engagée plutôt que sur une observation détachée (Maslow, 1969, pp.45-65; Rogers, 1970, pp.16-19, 22); sur

une exploration ouverte plutôt que sur une procédure pré-établie (Bridgman, 1955, pp. 352-357, 560; Polanyi, 1964(a), pp.76-77); sur la création passionnée et les perceptions personnelles au lieu d'une imitation dénuée de passion et d'une routine impersonnelle (Bridgman, 1955, p.319 ; Polanyi, 1964(a), pp.5-6, 76-77, 120-131, 142-145). (Craig, 1988, p.54)

L'enjeu de cette recherche est d'arriver à appréhender une réalité interne et complexe qui ne peut aucunement être saisie de l'extérieur par la production de catégories objectives qui isolent des variables et qui tentent de mesurer les résultats. Thierry Karsenti et Lorraine Savoie-Zajc (2004, p.29) affirment que, dans ce cas, il n'est pas du tout : « [...] nécessaire de recourir à des instruments trop contraignants comme les grilles d'observation avec catégories prédéterminées ou des questionnaires fermés ou entrevues dirigées ». C'est une manière de faire propre aux approches explicatives. Ce qui, en aucun cas, n'élimine le fait que le praticien chercheur doive veiller à la cohérence de sa posture épistémologique à chacune des étapes de sa démarche. La validité de cette recherche réside dans la cohérence entre le sujet chercheur et son objet de recherche. De plus, la question de recherche ainsi que ses objectifs doivent être dans la même logique que celle qui régit l'épistémologie du chercheur ainsi que ses pistes méthodologiques.

## **1.2 UNE APPROCHE DE RECHERCHE QUALITATIVE**

La maîtrise en étude des pratiques psychosociales est profondément enracinée dans le paradigme compréhensif et propose une démarche qui répond aux exigences méthodologiques spécifiques à la recherche qualitative. Comme l'explique Paillé et Mucchielli (2003) :

La recherche est dite « qualitative » principalement dans deux sens : d'abord dans le sens que les instruments et les méthodes utilisés sont conçus, d'une part, pour recueillir des données qualitatives (témoignages, notes de terrain, images vidéos...), d'autre part, pour analyser ces données de manière qualitatives (c'est à dire en extraire le sens plutôt que le transformer en pourcentages ou en statistiques) [...]. (Paillé et Mucchielli, 2003, p.9)

Plus j'avancais dans mon projet de recherche, plus il devenait évident que je me retrouvais au cœur d'un conflit interne et que la maîtrise m'offrait la possibilité de mener radicalement ce projet de recherche qualitatif à la première personne. Dans une démarche de recherche de ce type, le chercheur a la perception d'un problème à dénouer, d'une difficulté à dépasser ou encore d'une question à résoudre au sujet d'un phénomène qu'il vit ou contemple et dont il ne déchiffre ni les tenants ni les aboutissants. Un lieu comme le suggère Rabinow (1979), Kérisit et Deslauriers (1993) cités par Jeanne-Marie Rugira (2004, p. 29) où il est possible que l'objet de recherche puisse « être en soi plutôt que devant soi ». Il paraît ainsi manifeste comme l'affirment bien des auteurs à la suite de Mead (1934) Laperrière, (1982) ; Guba et Lincoln (1984) ; Rugira (2004, p. 28) : « [...] que ce qui est au cœur de l'approche qualitative, c'est la reconnaissance de la subjectivité du chercheur comme instrument valable d'appréhension du réel, voire même de sa construction ».

Il m'importait pour l'écriture de ce mémoire de rester proche de ma nature et de ma manière d'être au monde. Sophia L. Burn (2007) affirme dans sa réflexion sur la recherche-crédation que : « [...] la question de la méthode et de l'approche de la recherche est avant tout une question personnelle qui renvoie l'étudiant à ce qu'il a de plus intime, c'est à dire sa manière à lui d'approcher le monde et de l'interroger » (Burn, 2007, p.274). C'est ainsi que ma façon d'observer mes données de recherche ont pris la voie du récit initiatique puisque, comme le suggère Paillé et Mucchielli (2003), cette logique était proche de ma manière d'aborder le monde:

[...] la recherche est aussi dite qualitative dans un deuxième sens, qui signifie que l'ensemble du processus est mené d'une manière « naturelle », sans appareils sophistiqués ou mises en situations artificielles, selon une logique proche des personnes, de leurs actions et de leurs témoignages. (Paillé et Mucchielli, 2003, p.9)

Il s'agira donc, à travers ce processus de recherche et par un travail intellectuel, à faire surgir du sens à partir de données et méthodes qualitatives. Ce sens n'est jamais donné immédiat. C'est à travers la mise en perspective des données et par un travail de rapprochements, de confrontations et de mises en relations que le sens émanera.

### 1.3 UNE METHODE HEURISTIQUE D'INSPIRATION PHENOMENOLOGIQUE

La foi est une ressource humaine essentielle pour la personne engagée dans une recherche heuristique. Cette foi attend patiemment l'unité alors que nos sens ne perçoivent que le chaos. Elle tire de l'obscurité, un sens et une clarté.

Peter Érik Craig

Dès les premières lectures sur la méthode heuristique, il était clair que j'allais situer ma recherche dans cette perspective. Je me reconnaissais dans cette manière d'appréhender le monde. La démarche de recherche heuristique, telle que prônée par Polanyi (1959), Moustakas (1990) et Craig (1978), défend une conception de la recherche qui atteste qu': « [...] un individu peut vivre profondément et passionnément le moment présent, être complètement captivé par les miracles et les mystères tout en étant engagé dans une expérience de recherche significative » (Craig, 1978, p.1). Quand je lis cette conception de la recherche, je me sens sur une terre familière et je comprends que je suis en recherche depuis longtemps. Comme le précise Craig (1978) à propos de ce type de recherche, ces prédécesseurs tels que Jourard (1974), Maslow (2004) et Moustakas (1990) disent tous, en rétrospective, avoir commencé leurs recherches bien avant d'en être réellement conscients. C'est-à-dire qu'ils ont commencé à se poser des questions, à explorer les ressources, à clarifier leurs idées et leurs sentiments et à communiquer leurs découvertes bien avant d'être pleinement conscients que ces processus particuliers étaient en cours. Pour ma part, en lisant ce texte, je réalisais que ma quête avait réellement débuté vers l'âge de 18 ans, alors qu'un professeur de psychologie me dit : « *Je trouve que tu es morte* ». À l'extérieur je me défendais, mais intérieurement, je savais bien qu'elle disait vrai. Elle ne sait pas à quel point elle m'a rendu service à ce moment-là. Elle a été un moteur de recherche puissant qui ne m'a jamais quitté depuis. Une incitation à la recherche du vivant. À ce sujet, Craig (1988) cite Polanyi (1964) qui parle de la signification du processus dans *Personnel Knowledge* :

Selon lui, la prise de conscience d'un problème est une « découverte en elle-même » (p.120) et rien n'est un problème ou une découverte en soi : Il y a un problème à partir du moment où une personne se sent déroutée ou inquiète... et l'obsession d'une personne pour un problème constitue en réalité le ressort moteur de tout pouvoir créateur. (Craig, 1988, p.23)

Tout comme les chercheurs à l'origine de la recherche heuristique, tels que Polanyi (1959), Moustakas (1990), Craig (1978) ou encore plus près de nous Condamine (1995), qui témoignent qu'ils n'ont pas eu à choisir de s'engager dans une démarche de recherche de type heuristique, je n'ai pas eu à le faire non plus. C'est la démarche elle-même qui s'est imposée à moi, grâce à la manière avec laquelle se posait la question qui m'occupait avec insistance depuis fort longtemps.

Le chercheur heuristique est en dialogue continu avec lui-même, avec une part de lui-même qui sait, de façon tacite, ce que sa conscience réfléchie semble ignorer douloureusement. Inconsciemment, depuis des années, j'essayais, à travers ma démarche de création, en travail rituel et en psychologie, d'établir un dialogue entre ces différentes parties de moi : celle qui sait et celle qui ignore ou ne veut pas croire celle qui sait, tout cela afin d'agir avec plus de congruence dans ma vie. La recherche heuristique sollicite le chercheur dans une démarche à la fois intellectuelle, existentielle et ontologique. Confronté à une donnée de l'existence qui le questionne profondément et sans répit, le sujet chercheur n'a pas d'autres choix que celui de saisir cette question à bras le corps pour ne pas s'abandonner lui-même. Plus souvent qu'autrement, il aura envie de tout laisser tomber, tentation à laquelle il ne devra pas céder. Afin qu'une grâce et une compréhension nouvelle émerge, il devra se doter de patience et ne jamais abandonner son sujet de recherche. Cette persévérance du chercheur heuristique m'habite depuis toujours. La foi aussi en l'émergence d'un sens, d'une vérité à la condition que je sache me rendre entièrement disponible.

L'étymologie du mot heuristique vient de sa racine grecque *heurikos* qui fait référence à Archimède qui aurait crié toute la joie de sa découverte en s'exclamant : « Eurêka! Eurêka! Eurêka! » Des eurêkas, dans mon atelier, mes écrits, mes rencontres

sacrées... j'en ai eu plusieurs. La difficulté, jusqu'à maintenant, a été de faire confiance à ces eurêkas. Et voilà, que se propose à moi, la possibilité de faire de la recherche sur cette manière d'être en quête perpétuelle et que ce type de recherche puisse être valide, même venir me donner confiance dans ma démarche. J'accepte alors de plonger dans ma question de recherche et de me mettre en état de disponibilité créatrice. Je m'engage avec enthousiasme et espoir pour ma vie dans une démarche à la première personne qui autorise l'implication du sujet chercheur au cœur de son expérience et de son processus de recherche. Carl Jung (1958), un homme qui, selon moi, a su faire confiance à son intuition et qui s'est inscrit dans ce type de recherche, écrit dans son livre *The undiscover self* que pour comprendre un être humain, il doit :

[...] mettre de côté tout savoir scientifique sur l'homme moyen et écarter toutes les théories de manière à adopter une attitude absolument neutre et sans préjugés. Ce n'est qu'avec un esprit libre et ouvert que je peux entreprendre la tâche de comprendre. (Jung, 1958, p.18)

Le même auteur ajoute par ailleurs que : « plus on s'attache à l'aspect individuel d'un champ d'exploration, plus la connaissance qu'on pourra en tirer sera pratique, détaillée et vivante. » (Jung, 1958, p.18)

Je m'engage donc dans une quête, celle de manifester le plus possible ma singularité en vue d'atteindre l'universalité.

Cette recherche heuristique s'inscrit en tout premier lieu dans une recherche de type exploratoire. Dans ma recherche formation, l'imaginaire, tout comme le travail symbolique, ont eu une place de choix. Comme le souligne Claire Maillé dans son mémoire (2009), un rêve, une création, une marche en contact avec les symboles de la nature ou une situation relationnelle me conduisait à une autre, tout comme une rêverie pouvait me conduire à une autre rêverie, comme l'exprime bien Gaston Bachelard (1934<sup>1</sup>) cité par Maillé (2009, p.52). Plus j'avancais dans ma recherche, plus cette manière de faire de la recherche me permettait de pénétrer la nature et le sens de mon expérience, alors que celle-ci ne cessait de se

---

<sup>1</sup> Bachelard, Gaston, (1884-1962) Le petit Larousse Illustré, 1995, Dictionnaire encyclopédique. Paris, 1995, 1777 pages.

transformer et de m'apparaître toujours dans sa vérité transitoire. Tranquillement, j'apprenais à examiner et à dialoguer avec mon expérience, en vue de la reconnaître telle qu'elle est, de l'accueillir et de la valider pour enfin en saisir le sens et le mettre au service de ma compréhension. L'exploration de l'expérience révèle à la conscience la richesse de celle-ci et elle peut tout autant se déployer sur le plan visible qu'invisible. Le savoir qui émerge de cette exploration témoigne alors des éléments fondamentaux qui ont contribué à l'éclosion de la vie du sujet chercheur. « La crédibilité de la démarche de production de connaissances se traduira ainsi par sa capacité de *faire apparaître du sens*, d'engendrer d'autres énoncés et de proposer du *connaissable neuf* » précise Gohier (1998, p. 279), cité par Rugira (2004, p.28).

J'ai toujours été une personne en quête d'authenticité et comme pour Craig (1978) cette qualité sera un guide précieux dans la recherche de compréhension. J'ai acquis, à travers mes différentes démarches psychologiques, une bonne connaissance de moi-même et une sensibilité aux autres. Je suis capable de reconnaître assez rapidement mes différents états d'être, à savoir si je me sens centrée et déposée, en réaction ou en fragmentation. Mon travail au niveau artistique et rituel m'a aussi aidé à développer ma spontanéité et ma capacité à agir à partir de mes intuitions. Dans ma conception, nous faisons partie d'un tout et dans mes recherches tout me sert, mes pensées, mes rêves, mes créations, mes marches, les gens que je rencontre, un nuage, un brin d'herbe... La vérité ne crie jamais gare avant de se pointer, elle n'arrive ni dans un lieu spécifique ni dans un temps choisi. C'est ma présence à l'ensemble, une attention soutenue qui me permet d'entendre le moment de l'émergence. Lorsque je dis vérité, c'est la mienne à ce moment- là, car elle aussi est fluctuante. Mon meilleur guide en ces situations est mon corps, rester présente à ma respiration, rester ouverte au déploiement de l'expérience, suivre le processus. Ce qui nécessite la capacité de contenir l'expérience et de ne pas vouloir la devancer, ce que mon expérience en psychologie corporelle intégrée m'a permis de développer. Ces différentes aptitudes sont précieuses en recherche heuristique tout comme l'expose Craig (1978) :

Mes guides les plus précieux dans la quête de la découverte ou de la compréhension résident dans l'authenticité. Donc, mes principales méthodes semblent dépendre

d'une bonne connaissance de moi-même, de ma sensibilité aux autres et de ma grande ouverture aux autres. De plus, d'autres qualités humaines telles le fait de prendre des risques, d'explorer mes intuitions et d'agir à partir de mes fantasmes ou d'impulsions spontanées ont été significatives dans mes propres recherches. À cause de la nature personnelle et intrinsèquement subjective de ces « méthodes », il est pour moi éminemment important de croire en ma propre expérience et à ce qui, selon Rogers constitue mes « avenues » de connaissances, qu'elles soient inconscientes, intuitives ou conscientes. (Craig, 1978, p.25)

Une autre aptitude importante dans ce type de recherche est notre capacité à voyager en « *territoire inconnu* », comme le suggère Craig (1978). Ce processus suppose de l'engagement, de l'intuition et la capacité de prise de risque. Le chercheur en heuristique, tel un :

Premier explorateur d'une région inconnue, d'une rivière inconnue ou d'une étrange passe de montagne. Il ne sait pas vraiment où il va. Il n'a pas de cartes pas de prédécesseurs, pas de guides, pas d'aides expérimentés et seulement quelques points de repère et d'orientation. (Maslow, 1969, p.134)

Les chercheurs engagés en recherche heuristique poursuivent un fil conducteur à la fois créateur d'identité, de connaissance, de sens et de santé pour les individus et leurs communautés. Ce type de recherche, comme je l'ai déjà mentionné, me rejoint profondément. Il convient de rappeler que la démarche heuristique suit une « logique organique et intuitive », qui poursuit le mouvement naturel du chercheur impliqué totalement dans son questionnement.

Au cours de ma démarche heuristique, je me suis laissée inspirer par les travaux qui se font en études littéraires à propos de la recherche poïétique. Je désirais honorer la logique intrinsèque de ma démarche qui est à la fois créatrice et circulaire. Dans cette démarche, je suis un mouvement circulaire où je me vis à la fois comme auteure, lectrice et actrice au sein de mon processus de recherche. Je suis ainsi engagée dans une activité créatrice. Je me laisse toucher, concerner, interpeller et j'entre en dialogue avec mes écrits qui me questionnent et me transforment. Depuis-là, je peux encore me replonger dans l'acte de création enrichi d'une nouvelle expérience. Je me laisse constamment sculpter par le mouvement perpétuel de ma mise en œuvre. Je suis une quête du plus être qui implique



une plongée vers l'abîme, vers la source de toute création. Ainsi la pensée pénètre mes écrits « car à "l'oreille du cœur" aussi, la pensée écoute » comme le poétise si bien Cécile Cloutier (2000). Elle ajoute à propos de l'écriture poïétique en parlant de Valéry (1974) :

Écrire, c'est saisir un moment qui vient avant la conscience, ajoute-t-il. Évidemment, nous pensons tout de suite à Freud Écrire part de l'inconscient. Et pourtant, les poètes grecs, latins, voire sanscrits, n'ont rien fait d'autre. Bien avant la psychanalyse, la poésie a été considérée comme une descente au-delà du conscient, du connu, du vécu. Elle tint souvent de Dieu et elle eut un caractère sacré. On a parlé de mystère et de mythologie, de mythes ou d'influence astrale. On ne tentait pas d'expliquer. On constatait simplement. On la commençait avec le souffle, avec la vie mais on la sentait comme venue du plus loin de l'être humain, de ce qu'on ne tentait pas encore d'expliquer. (Cloutier, 2000)<sup>2</sup>

Une démarche poïétique est souvent le fruit d'une attention consciente au réel et à ce qui veut émerger dans toute situation. Tout comme en psychanalyse, une telle démarche est, comme le dit Cécile Cloutier (2000) « *la fille de l'association simple* », ce qui n'empêche pas tout un travail d'organisation. La tenue de mon journal d'itinérance, tout comme l'écriture de mon récit initiatique se sont conçus dans une logique de création circulaire où un poème pouvait m'inspirer un dessin qui par la suite faisait naître un texte etc... C'est ce processus qui a progressivement fait naître les personnages de ce texte initiatique, issus de ma vie interne et de mes relations extérieures, les deux se répondant dans un jeu de miroir. Il ne faudrait donc pas lire mes écrits comme étant pleinement autobiographiques, mais plutôt profondément autofictifs. En effet, je me suis permis de poétiser, symboliser et métaphoriser mon parcours, d'organiser et de structurer mes écrits, non pas pour qu'ils respectent les faits, mais qu'ils représentent symboliquement mon processus intérieur dont mon parcours initiatique semble être un parfait reflet. Cécile Cloutier (2000) décrit très bien cette posture dans laquelle je me suis située dans cette recherche.

Ce qui est vert est rouge ajoute Valéry. Il ne s'agit pas d'un message surréaliste mais plutôt d'une sorte de définition de l'imagination qui transforme tout dans l'alchimie de la création. Dans l'art, tout est autre. Le poète transfigure et la parole est magique.

---

<sup>2</sup> Cette citation provient d'un document Web qui n'est pas paginé il est trouvable en suivant ce lien : [http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol\\_5/Cloutier/Cloutier.htm](http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol_5/Cloutier/Cloutier.htm)

Dans cette phrase "Ce qui est vert est rouge", le rouge est plus certain que le vert. Peut-on ajouter que le beau est plus certain que le vrai? La poésie modifie la réalité. C'est en l'imaginant qu'on la saisit vraiment, car l'imagination la complète, l'habille, lui donne le ton. Imaginer pour un poète, c'est pénétrer jusqu'au centre, là où est le plus dense. C'est trouver le sens qui dépasse la signification. (Cloutier, 2000)<sup>3</sup>

La compréhension qui émerge de ce travail du poète à travers ses écrits, comme le dit Valéry (1974), constitue une « *faisance* » c'est à dire une compréhension et une création personnelle à la fois de soi, de l'œuvre et du monde. Mais cette compréhension ne peut non plus être réduite à la dimension personnelle puisqu'elle vient aussi d'un au-delà, d'une saisie de l'univers, d'une compréhension qui dépasse le personnel. Puisque comme le suggère Cloutier (2000), pour un poète la réalité ne peut jamais être saisie simplement, le poète pousse ses raisonnements jusqu'aux limites du penser.

Dans cette logique à la fois heuristique et poïétique, mon mémoire sera organisé autour des quatre phases décrites par Craig. Dans la section qui suit, je vais élaborer davantage les différentes étapes de la recherche heuristique dans lesquelles j'ai plongé pour produire ce mémoire. Comme le dit bien Craig (1978, p.176) ces étapes ne sont pas « des entités séparées et limitées dans le temps mais plutôt des processus de recherche inter-reliés et en devenir ». Effectivement, il y a une interaction continuelle durant toute l'expérience de recherche de ces processus même si à certains moments une étape a prédominance sur l'autre.

Craig a subdivisé le processus de recherche en quatre étape : Être conscient d'une question, d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective, explorer cette question à travers l'expérience, lors de l'exploration, clarifier, intégrer et conceptualiser, et enfin articuler ces découvertes afin de pouvoir les communiquer aux autres. En reprenant connaissance de ses différentes étapes, je réalise que je les ai poursuivies sans pour autant le choisir consciemment au tout début de ce projet de recherche.

---

<sup>3</sup> Idem ; voir : [http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol\\_5/Cloutier/Cloutier.htm](http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol_5/Cloutier/Cloutier.htm)

### 1.3.1 Sur l'étape de la question

Au début de ce travail de recherche à la maîtrise, une question nous a été posée dans le cadre de l'exploration de notre question. On nous a demandé : Quel est le fil conducteur qui relie vos différentes expériences de vie ? Il doit se dégager un sens de cette construction, de ce fil rouge qui se tisse, à quoi votre vie tente-t-elle de répondre à travers celle-ci ? C'est en regardant la trajectoire de ma vie que j'essayais de capter avec plus de clarté, à travers mes différentes expériences de vie, qu'est-ce que j'essaie de résoudre. Comme Craig (1988, p.15) le suggère, c'est le moment où le chercheur devient conscient « d'un problème ou d'un intérêt ressenti de manière subjective ». Craig (1988, p.178) ajoute que lors de ce premier processus heuristique la question : « [...] est souvent vécue de manière préconsciente ou préverbale telle une conscience subsidiaire à un défi ou une crise personnelle ». C'est davantage dans ma sphère amoureuse que je prenais conscience d'une impasse relationnelle qui m'ébranlait profondément. Prenant acte de cette réalité, j'ai fait le choix de questionner mon expérience dans une visée de compréhension, de dépassement de mes limites, voire même d'affranchissement des barrières héritées de mon histoire. Plusieurs questions ont émergé au cours de ce processus qui me permettait d'observer la réalité que je portais sous plusieurs angles, et comme le propose Craig :

[...] L'émergence de questions ou d'affirmations spécifiques qui sont alors révisées et clarifiées selon le sens profond qu'elles prennent pour l'individu. [...] Ces descriptions considérées en tant que premières tentatives sont par conséquent sujettes à des changements au fil de l'expérience qui se poursuit. (Craig, 1988, p.179)

Le chapitre deux de ce mémoire, présente l'origine de ma question de recherche, le contexte que je commence à dégager et qui a donné naissance à des prises de conscience. Ce début de compréhension ne me permettait pas encore une voie de passage adéquate pour un véritable renouvellement. Il s'est alors transformé, comme le précise Craig, en processus de recherche.

### 1.3.2 Sur le processus d'exploration et de compréhension

Craig nomme la seconde étape de la démarche heuristique l'*exploration*. L'exploration de la question, du problème ou de l'intérêt se fait par l'expérience et le chercheur tente de « cerner le problème d'aussi près que possible » (Polanyi, 1951, p. 91). Craig (1988, p.181) ajoute en citant Rogers qu'à : « cette étape l'individu désire s'immerger dans la situation, s'en imbibant afin de pouvoir en saisir toute la complexité » (Rogers, 1970, p. 16). D'ailleurs, Craig (1988, p.181) évoque le fait que : « Rogers, Bridgman, Maslow et Moustakas ont tous parlé de l'importance de cette immersion dans l'expérience ». Cette immersion implique d'accepter de plonger au cœur de son expérience, d'observer, de dialoguer avec son parcours de vie afin de développer une compréhension grandissante et de créer du sens sur le questionnement que le chercheur porte.

C'est en lisant une définition sur la recherche heuristique que Craig (1988, p.11) a réalisé le « caractère particulièrement intime et solitaire du processus de la découverte ». Le plus important est de ne pas avoir peur de faire des erreurs et de tirer le maximum d'expériences de celles-ci, s'il y a lieu. Toutefois, comme le dit Polanyi (1964, p.178) à la suite de Craig (1978, p.27), l'expérience du chercheur est souvent empreinte d'ambivalence et de lutte, c'est l'engagement dans son projet de recherche qui l'unifie vers : « une potentialité anticipée mais pas encore révélée ».

Dans ce mémoire, cette partie sera déployée sous forme d'un récit d'initiation que le lecteur trouvera dans le chapitre trois. Au départ, je ne croyais pas faire le processus d'exploration et de compréhension de manière concomitante. À un certain moment de mon récit, un des interlocuteurs m'a proposé d'écrire dans la posture de la psychothérapeute face à une cliente qui porterait la même problématique que celle que je vivais, afin d'arriver à prendre plus de distance face à un sujet qui venait me chercher au plus profond de mes entrailles. C'est ainsi, que mon texte initiatique a commencé à intégrer plus de compréhension. Je n'ai pas vraiment choisi d'écrire ainsi, cela s'est imposé naturellement à moi. Les deux phases se sont ainsi constamment chevauchées, dans la mesure où, dans mes

différentes séquences d'écriture, à partir de mon journal d'itinérance, je retraçais les différentes étapes de l'initiation tout en y ajoutant des fragments de compréhension à partir des diverses lectures, ateliers et rencontres que je vivais. À travers une exploration faite de multiples fluctuations, de nouvelles significations, méthodes et idées ont émergé alors que d'autres se sont estompées. Ainsi, comme le souligne Craig (1988), à travers une recherche rigoureuse et passionnante la personne tâtonne, farfouille, fait des erreurs dans le but d'aboutir à une compréhension nouvelle ou une résolution. Tranquillement, je passais de la description de dialogues, d'évènements et autres, à la compréhension comme l'évoque Pierre Paillé (2005) lorsqu'il parle de l'analyse des données qualitatives en mode d'écriture. Tout comme Polanyi (1967, p.23) j'ai été, pendant tout le processus d'exploration, « submergé par un irrésistible sentiment de responsabilité quant à la poursuite d'une vérité cachée qui a besoin de lui pour se faire connaître. »

### 1.3.3 Sur la communication

La dernière étape de cette recherche de type heuristique est la *communication*. C'est à ce moment que la recherche atteint son apogée, à l'instant où elle devient une expression publique de ces découvertes. À cette étape, il est question de procéder à l'écriture qui est, comme le propose Pierre Paillé et Alex Mucchielli, une:

[...] tentative d'interprétation, de mise en relation ou d'explication. Elle se pose comme discours signifiant par rapport à une volonté de faire surgir le sens, de donner à voir ce qui peut être vu, de débusquer le non-dit ou l'implicite, de rapprocher ou d'opposer des logiques, de retracer des lignes de forces. (Paillé et Mucchielli 2003, p.107)

L'étape de la communication n'est pas du tout détachée des phases précédentes. La communication se fait à partir du travail réalisé lors de la recherche de la question, de l'exploration et de la compréhension. C'est cet exercice qui va permettre de dévoiler le savoir tacite, le savoir-insu qui va être mis en lumière au bout de cette recherche. Je me propose de présenter, à travers ce mémoire, la connaissance qui était logée d'une manière

imperceptible dans mon expérience personnelle et le sens qui en a graduellement émergé, ce qui complètera ma démarche de type heuristique.

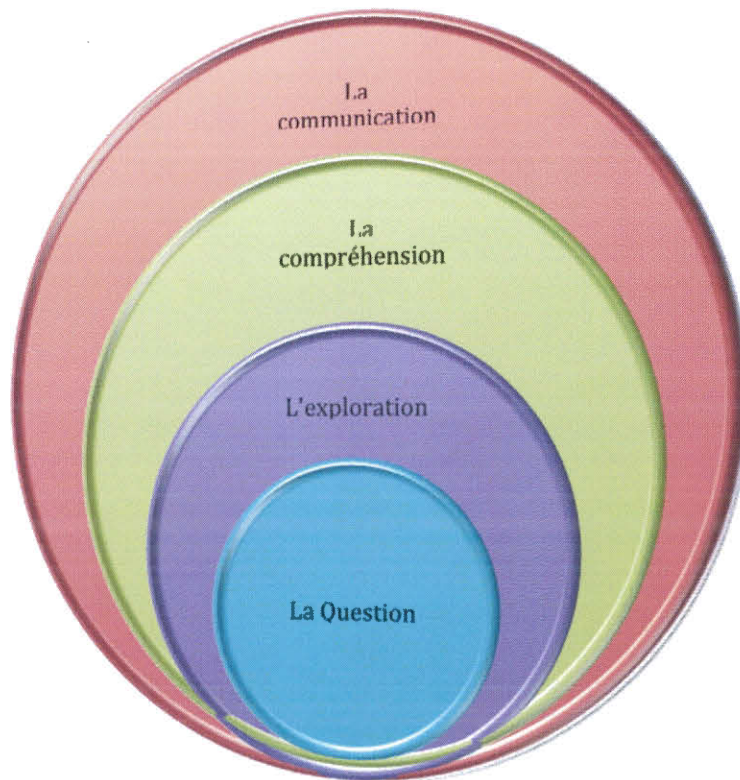


Figure 1: L'emboîtement des différentes étapes du processus de recherche heuristique

#### 1.4 OUTILS DE FAISANCE DE L'ŒUVRE : UNE MARCHE POÏETIQUE

Le poème est un équilibre dans le mouvement. Il vient de tout l'écouté du monde. Le poète n'est que le lieu d'un passage. Il assiste à la « devenance » de l'oeuvre d'art.

Cécile Cloutier

Dans le but de permettre à mon lecteur de savoir ce que j'ai véritablement fait et par où je suis véritablement passée, j'ai décidé de présenter mes outils de production de données d'une manière plus élaborée. Mon processus a été une démarche de création et

d'autocréation et cela dépasse de loin une simple méthodologie. C'est une manière d'être, de vivre et d'avancer dans son existence. C'est pourquoi, tout comme dans la section heuristique, je situe ma démarche de cueillettes de données dans une perspective poïétique.

Dans cette démarche poïétique, comme le propose Cloutier (2000), ce qui importe c'est que l'auteur se trouve et non pas qu'il arrive à ce qu'il veut. Il ne s'agit pas d'avoir la maîtrise de son œuvre mais de se retrouver à travers celle-ci. L'une des plus grandes vertus est de savoir attendre l'émergence, être disponible, à l'affut et trouver la source de sa création à travers tout son être et son devenir. C'est à partir du vide et de l'inachevé en soi que le poïéticien crée. Il s'agit de se mettre à l'écoute de tout son être et plus particulièrement du non-dit comme si celui-ci était plus habité que le dit.

Pour plonger à l'intérieur de ce non-dit, j'utilisais la poésie, le dessin, mes productions oniriques. Je magnifiais mes relations en archétypes pour en produire des contes et des récits, pour vivre toutes les vies et les personnages en moi (passé, présente, future). Dans cette descente en moi-même, je m'appropriais de plus en plus mon aliénation afin d'en saisir le sens et d'en faire une fresque. Et ainsi, comme l'ajoute Cloutier, l'œuvre change l'auteur, elle :

[...] part de lui et elle retourne à lui. Elle s'augmente de lui mais elle l'augmente aussi. Même s'il lui a donné naissance, il arrive parfois difficilement à l'accueillir. Il ne reconnaît pas son enfant. Très souvent, elle l'emporte. Elle se fait en lui beaucoup plus qu'il ne la fait. La gestation peut même être violente. Il se sent autre. "Je est un autre". (Cloutier, 2000) <sup>4</sup>

J'ai donc produit mes données de recherche sous plusieurs formes. La plus importante est celle des journaux de recherche dans lesquels j'ai inséré des dessins, rêves, contes, poèmes, prières, écritures automatiques, dialogues entre différentes instances en moi, réflexions sur mes relations et récits phénoménologiques. J'ai aussi eu des rencontres que j'ai enregistrées puis retranscrites dans un autre journal et des échanges courriels que j'ai conservés. Enfin, j'ai aussi rassemblé toutes les notes de cours, et travaux que j'ai réalisés dans le cadre de ce mémoire.

---

<sup>4</sup> Idem ; voir : [http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol\\_5/Cloutier/Cloutier.htm](http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol_5/Cloutier/Cloutier.htm)

Mes écrits ont été faits dans un mouvement circulaire comme un boomerang qui voyage du conscient à l'inconscient. Ils me revenaient à chaque fois, chargés de sens ce qui nourrissait un nouvel élan créateur, une rencontre, un dialogue. C'est dans cette perspective que j'ai utilisé les outils de recherche que je décris dans les paragraphes suivants.

#### 1.4.1 Journaux de recherche

Cette pratique de l'écriture embrasse toute la vie et ne demande aucune forme logique [...] C'est un endroit où tu peux venir dans un état sauvage et débridé, mêler le rêve de la soupe de ta grand-mère aux nuages merveilleux qui passent devant ta fenêtre. **C'est une activité sans itinéraire, reliée à tout ce que tu es au moment présent où tu te trouves.** Considère cette pratique de l'écriture comme des bras aimants dans lesquels tu te jettes de manière illogique et désordonnée.

Nathalie Goldberg

Depuis plus de quinze ans, je tiens un journal intime. Ces journaux ont toujours été un mélange de réflexion sur des moments de vie, de dialogue avec la sagesse de la nature, de poèmes, contes, dessins, prières, dans le but de m'accompagner dans mon expérience de vie. Tout au long de mon parcours de recherche, j'ai décidé de continuer cette pratique. René Barbier (1996) parle de ce journal qui accompagne le chercheur comme étant un journal d'itinérance :

Le chercheur transversaliste impliqué dans une recherche-action tient son journal d'itinérance quotidiennement sous la forme d'un journal brouillon dans lequel il écrit tout ce qu'il a envie de noter dans le feu de l'action ou dans la sérénité de la contemplation. (Barbier, 1996, p.98)

Au cours de ce mémoire, j'ai écrit plus de 1500 pages dans mes journaux. Cet instrument d'investigation met en œuvre, comme le dit si bien Barbier (1996), la triple écoute/parole clinique, philosophique et poétique de l'approche transversale. C'est un lieu où je peux me déposer, nommer sans censure ce qui m'habite, et cela toujours dans le but de rejoindre ma parole profonde, la vérité de mon cœur. Je recherche l'unification entre



mes sentiments, pensées, relations, actions... C'est l'endroit par excellence pour suivre mon parcours.

J'utilise aussi, dans mon journal, la méthode de l'écriture automatique suggérée par Nathalie Goldberg (1990). J'écrivais sans souci grammatical, sans lever mon crayon du papier, sans réfléchir, je laisse le gouvernail de mon écriture à mes élans spontanés me conduire à moi. L'objectif de cette écriture n'est pas de simplement écrire sur ce que l'on sait déjà, mais plutôt de créer un espace d'ouverture dialoguant sur ce qui a besoin d'être entendu, comme l'exprime si bien Paré :

On nous a fait croire que l'écriture, comme les autres arts, était un instrument pour communiquer ce que l'on savait déjà. En fait, rien n'est plus faux. Les artistes savent qu'ils n'expriment que rarement ce qu'ils savent déjà. Ils utilisent le processus pour connaître ce qu'ils ont à dire. (Paré, 1987, p. 16)

Ce journal brouillon, tout comme pour un journal intime, contient des informations que le chercheur n'a pas nécessairement envie de voir apparaître au grand jour. Mais dans cette première étape de recherche, il n'hésite pas à tout de même tout consigner. Le journal d'itinérance, comme le spécifie Barbier (1996), est un instrument méthodologique spécifique :

En tant que tel il se distingue des autres formes de journal. Il parle de l'« itinérance » d'un sujet (individu, groupe ou communauté) plus que d'une « trajectoire » trop parfaitement balisée. Rappelons que dans l'itinérance d'une vie, nous trouvons une multitude d'itinéraires contradictoires. L'itinérance représente le parcours structural d'une existence concrète tel qu'il se dégage peu à peu, et d'une manière inachevée, dans l'enchevêtrement des divers itinéraires cheminés par une personne ou un groupe. (Barbier, 1996, p.95)

Dans ce journal, le chercheur n'hésite pas à explorer les voies non scientifiques en laissant une place importante à l'imaginaire, à l'inquiétude métaphysique ou à l'ouverture mystique. Il ne perd pas pour autant son esprit critique, ce qui nécessite une rétroaction de l'écrivain sur lui-même, comme Barbier (1996) dit en citant René Lourau (1988), c'est une « *une mise en abyme* ». C'est ainsi que dans mes écrits un rêve pouvait inspirer un dessin, un poème, une marche rituelle ou une réflexion et inversement une réflexion pouvait

susciter autant de démarches pour arriver à saisir toute la subjectivité à l'œuvre dans mon expérience.

#### **1.4.1.1 Les dessins**

Donner une forme à ce qui est informe est efficace surtout lorsque l'attitude consciente n'offre aucun moyen d'expression à un inconscient qui déborde.

Carl Gustav Jung

Il y a eu une période de ma vie où, à tous les matins, le dessin précédait mes écrits. Ayant l'impression de ne pas avoir un réel accès à mon intériorité par les mots, le dessin se faisait précurseur, il me permettait de mettre des formes et des couleurs sur un univers que je sentais difficile à appréhender d'une autre manière : qui suis-je au moment où je dessine ? Le dessin m'apprenait à marcher vers cette inconnue en moi, à accepter tout ce qui pouvait en émerger malgré les jugements et censures que je pouvais avoir envie de lui imposer. Le dessin faisait office d'une parole qui cherchait à s'incarner et il m'informait sur ma nature profonde.

Durant ma recherche, je n'ai pas autant dessiné qu'à cette époque, mais à plusieurs reprises, j'ai sorti mes pastels pour me rapprocher de mon expérience. À certains moments, le dessin m'a fait vivre des expériences de grande ouverture, des moments de grâce où j'ai eu le sentiment très intense de me rencontrer dans ma totalité. Je ressentais son effet transformateur dans mon corps. À d'autres moments, le dessin me permettait de mettre une image foudroyante sur un ressenti profond et m'aidait à accompagner, à voir avec amour ce qui est à cet instant. J'ai donc choisi quelques dessins qui ont jalonné mon parcours de recherche. L'un d'eux a été fait et analysé en groupe, les autres sont des œuvres choisies soit parce qu'elles continuent d'avoir du sens ou parce qu'elles se sont imposées par la clarté de leurs représentations.

### 1.4.1.2 Les rêves

Loin d'être des fantaisies inutiles, nos rêves nous parlent. Ouvrir le dialogue avec eux, c'est se donner la possibilité d'évoluer.

Pascale Senk

Dès le premier cours dans le cadre de cette maîtrise, j'ai partagé un rêve que j'avais fait la nuit précédant mon arrivée. Langage symbolique de mon univers interne, je m'intéresse depuis longtemps à ces productions nocturnes. Dans ce parcours initiatique, je plonge au cœur d'enjeux psychiques et plusieurs rêves témoignent de la nature de ceux-ci. Johanne Hamel (2011, p.12) cite Jung (1976) à propos de l'effet thérapeutique du travail psychique. Il dit : « [...] la confection d'une image symbolique le libère d'un état psychique misérable ». Jung parle aussi d'une « efficacité vivante sur le malade lui-même ». Johanne Hamel (2011, p.12) ajoute que pour Jung : « ce qui est à l'œuvre dans une image de rêve, c'est justement le symbole et son pouvoir de transformation qu'il appelle la « fonction transcendante ».

Certains rêves ont été déterminants dans mon parcours initiatique en me dévoilant des pans enfouis du moi. Les rêves me donnent accès à mes perceptions erronées, aux croyances sous-jacentes que je porte provenant de mon scénario originel, comme le mentionne Nicole Gratton (1998, p.34) « [...] le rêve se charge de nous dévêtir de ces habillements inutiles ». L'analyse de ces rêves me permet ainsi de mieux me connaître, de trouver des clés à mes problèmes et peuvent devenir un puissant moteur de mes choix et de mes actions futures. Les rêves ne sont pas seulement une « *voie royale vers l'inconscient* », ainsi que les définissait Freud. Ils sont des messagers qui nous expliquent notre passé et nos impasses actuelles et, en même temps, ils sont des guides qui nous ouvrent les portes de l'avenir pour nous permettre de devenir les créateurs de notre vie.

Je peux utiliser différentes techniques pour tenter d'appréhender ce matériel, qui elles aussi, ont été consignées dans mon journal d'itinérance. En groupe, avec une amie ou seule, je consigne et tente d'analyser cette production onirique. Parfois, après un rêve, j'écris en

écriture automatique, je laisse revenir les images, sensations, émotions du rêve et je laisse émerger des associations spontanées. À d'autres moments, je me questionne sur les principaux symboles ou je fais une analyse en tentant de synthétiser le rêve avec un titre, en tirer une morale, observer qu'elle attitude ou comportements j'aimerais changer dans ce rêve... Il m'arrive aussi de dessiner suite à un rêve, ce qui produit selon Joanne Hamel (2011) un effet thérapeutique qui dépasse le verbal, puisque l'effet du travail d'interprétation est magnifié par la présence concrète du dessin.

Nos rêves contiennent toujours un enseignement personnalisé, lié à notre histoire singulière. Selon Guy Corneau (2010), les rêves nous donnent accès à un fond de connaissance beaucoup plus vaste que celui dont nous disposons à l'état de veille. C'est dans cette perspective que j'ai recueilli ces précieuses données dans mon journal d'itinérance. J'ai ensuite dû faire un tri dans mes données de recherche et choisir quelques-uns de ceux-ci. Les rêves choisis sont ceux qui ont été amenés au groupe de maîtrise parce qu'ils avaient été suffisamment marquants pour que je leur partage et qu'ils me donnent des reflets précieux pour cette recherche, d'autres rêves ont été choisis parce qu'ils avaient des liens avec plusieurs autres données de recherche (dessins, poèmes, échange, etc.) sous le même thème tout en amenant des éléments supplémentaires. Ces rêves parlent de mon parcours, de ce qui se travaille dans ma psyché et montre bien aussi mon évolution. Les rêves choisis sont donc ceux qui témoignent le mieux des enjeux présents et des différentes étapes parcourues.

#### **1.4.1.3 Les dialogues avec la petite fille en moi**

L'esprit en s'intégrant tente de créer un sentiment de cohérence entre les multiples « soi » à travers le temps et les contextes vécus.

Siegel, 1999

L'initiation vécue au cours de ce mémoire m'a projetée dans des affects puérils, intenses, des sentiments profonds de honte, de laideur et autres. J'étais consciente que

l'émergence de ces affects était reliée à des introjections provenant de l'enfance. Afin de bien séparer le passé du présent, de permettre une graduelle distanciation face à ces affects dysrégulés, je me suis mise en dialogue avec la petite fille en moi qui a éprouvé et enfoui ses sentiments trop accablants pour son âge. Ces dialogues me permettaient d'accompagner l'éprouvé, de mettre graduellement plus de vie dans ces lieux de mort et de développer la posture du bon parent accueillant face aux différentes crises ressenties par une part de moi. Plusieurs neuropsychologues croient que l'intégration d'un soi unifié survient grâce à la construction mutuelle entre le parent et l'enfant de récits autobiographiques de l'enfant. Selon Louis Cozolino (2002), la construction mutuelle des récits autobiographiques entre le parent et l'enfant ou le thérapeute et son client stimule l'intégration des cognitions (pensées), des affects (émotions), des sensations et des comportements.

Le but de ces dialogues avec la petite en moi est de rétablir ce processus interactif entre le parent et l'enfant. Schore (1994) démontre l'importance de la dyade parent-enfant dans laquelle le parent adulte contient et apaise les états émotionnels de l'enfant, donc prend en charge la régulation des émotions de l'enfant, durant les périodes critiques de son développement jusqu'à ce que l'enfant soit capable d'autorégulation.

Ce qui est particulier dans cette démarche de dialogues avec la petite en moi, est que le parent n'est pas externe, il est celui que j'ai réussi à développer au cours de ma vie et de mes différentes démarches. Il ne s'agit pas de devenir auto-suffisant mais auto-soutenant, dans le sens que face à certaines fragmentations, il est possible que j'aie réellement besoin d'être reçue par une figure parentale externe, dans un premier temps, pour pouvoir plus tard suffisamment l'intérioriser. Selon Cozolino (2002) :

La construction mutuelle des récits autobiographiques, dans un environnement soutenant au plan émotionnel, peut fournir la matrice nécessaire à l'intégration psychologique et neurologique requise pour éviter des réactions dissociatives. (Cozolino 2002, p.264)

C'est donc dans une visée d'une compréhension autobiographique, d'un rétablissement des circuits neuronaux altérés par des blessures provenant de l'enfance et

d'une intégration des différents états du Soi à l'intérieur du système corps-esprit, que j'ai mis cet outil en place.

#### **1.4.1.4 La prière comme mode d'accompagnement**

L'univers est l'Autel de l'essence divine. Lorsque le vent se lève, nous sentons le souffle de Dieu. Votre respiration et la mienne sont également le souffle de Dieu.

Mathew King

Dans mon journal d'itinérance on peut aussi retrouver plusieurs écrits sous formes de prières. La prière me relie à une dimension invisible de l'univers, j'y plonge mes racines pour rejoindre l'âme du monde et purifier mon esprit. Dans ma façon de percevoir, Dieu est partout en chaque être humain, fleur, papillon... et tous peuvent m'aider à avoir accès à une sagesse plus grande. Régulièrement, je me suis mise en dialogue avec un magnifique mélèze dans ma cour. Pour Mircéa Éliade (1965, p.17), il ne s'agit pas, par cet acte, d'une vénération d'un arbre, pierre, oiseau ou autre, mais bien que l'arbre représente une hiérophanie : « Parce qu'ils montrent quelque chose qui n'est plus la pierre, mais le sacré, le ganz, andere ». J'essaie, dans cette communication, que ma parole soit le plus authentique possible et j'écoute les réponses de l'arbre, du sacré. Ma posture se rapproche de la spiritualité amérindienne pour qui Dieu est cosmique et où la nature est perçue comme un immense organisme vivant ouvert au divin. Jacques Languirand et Jean Proulx (2009) en parlent en ces termes :

Le grand mystère apparaît ainsi comme l'âme invisible de ce monde invisible. Chaque entité, fragment inséparable du reste du grand organisme naturel qu'est l'univers est une expression unique du Grand Mystère, voire une bénédiction divine irremplaçable. Le divin caché en elle se révèle à tous ceux qui prennent le temps d'ouvrir l'œil de leur cœur. (Languirand et Proulx, 2009, p.37)

#### 1.4.1.5 Les marches et gestes ritualisés

Ce que tu vois dans la nature sauvage se trouve aussi sur mon visage ; ce que tu vois sur mon visage se trouve aussi dans la nature sauvage.

Chef Dan George

J'ai aussi consigné dans mes écrits quelques moments où je décide d'aller marcher dans un esprit de marche rituelle, c'est à dire une marche où je me relie profondément à ce qui m'habite, où je me relie à la nature qui m'entoure et écoute les symboles qui entrent en résonnance avec ma réalité. À la différence de la prière, tout mon corps est impliqué dans cet acte où je cherche à unifier corps, esprit et âme. Ces marches et gestes symboliques ont été rédigés sous formes de récits phénoménologiques, des *je me souviens*. L'écriture d'un « *je me souviens...* » me donne la chance de me voir autrement. Je pénètre dans l'expérience et je décris le cœur même de ce que j'ai vécu. Cette façon de relater des moments de notre passé proche ou lointain nous a été enseigné dans le cadre de la maîtrise. Perec cité par Galvani, en parle en ces termes :

L'atelier d'écriture « Je me souviens » consiste à solliciter une série de petits récits décrivant, au plus près de leur vécu, des souvenirs d'expériences intenses. Cette démarche est née au départ d'une pédagogie de Pierre Nègre avec qui j'animais un groupe de recherche-formation. Pierre avait été frappé par la qualité sociologique d'un roman entièrement composé de souvenirs racontés par de courts textes commençant par « Je me souviens ... » (Perec, 1998; Galvani, 2004, p.7)

#### 1.4.2 Les communications écrites et enregistrements

Comme les enjeux que je vis se reproduisent à travers mes relations, j'ai aussi choisi de conserver des échanges que j'ai eu parce qu'ils étaient des témoins réels des efforts faits dans la réalité pour transformer ma pratique relationnelle. Certaines de ces rencontres ont eu lieu dans le cadre d'une démarche de compréhension en psychothérapie alors que d'autres se sont faites dans l'accompagnement de ma directrice et du co-directeur de mon projet de maîtrise. J'ai enregistré plusieurs entrevues que j'ai ensuite retranscrites dans un

cahier pour référence ultérieure. Écrire ce qui avait été dit me permettait d'approfondir, de me souvenir, de garder des traces de l'évolution de ma compréhension. Des échanges par écrits ont aussi été conservés dans le même esprit.

## **1.5 TERRAIN DE RECHERCHE**

Les contextes et situations relationnelles au sein desquels j'ai recueilli des données dans le cadre de cette recherche qualitative sont divers et se retrouvent dans les huit catégories ci-dessous :

- Vie relationnelle en situation de vie privée
- Situations de ma vie amoureuse
- Situations de consultations en psychothérapie
- Situations avec ma triade formée avec ma directrice et mon co-directeur
- Situations de pratique de groupe
- Situations de travail d'équipe
- Situations de pratique artistique
- Situations de pratique rituelle

### **1.5.1 La justification de ce terrain de recherche en regard de l'objet**

À travers mon cheminement de recherche-formation, différents acteurs ont eu un impact majeur dans mon processus de compréhension. Je voulais, en les personnifiant dans mon récit d'initiation, observer et décrire les conditions qui contribuent à me mettre en situation de perdre ou de retrouver un sentiment d'unification au sein de relations signifiantes. Les différents acteurs en présence dans cette recherche, ont été pour moi comme des miroirs des parties de moi avec lesquelles je n'étais pas forcément en relation de manière consciente. Les personnages peuvent ressembler à des personnes dans ma vie intime, mais en réalité, je les ai transposés dans mes écrits comme étant mes sous-personnalités. Ils sont différents aspects que j'ai introjecté dans ma psyché. Ainsi, le père, la mère... sont tous différents aspects, pas nécessairement conscientisés, que je porte aussi.



Ma démarche de recherche m'a permis d'identifier ma manière de m'accompagner et de comprendre en quoi et comment mon engagement résolu dans ce processus d'initiation a contribué au renouvellement de ma pratique relationnelle et au déploiement de mon pouvoir personnel. Je voulais également, tenter de comprendre les articulations qui relient la créativité, le travail rituel, le dialogue et la réflexivité dans ma pratique. J'ai ainsi inclus plusieurs autres situations relationnelles, des moments d'écriture, de création et de rituel.

## **1.6 LA QUESTION DU CORPS AU CŒUR DE CETTE RECHERCHE**

L'énergie qui circule à travers le corps produit une sensation de bien-être, d'harmonie avec soi-même et avec l'univers. La conscience de ce bien être et de cette harmonie constitue l'essence du Soi, et cette conscience est intimement logée dans le corps.

Jack Lee Rosenberg

Le corps se retrouve au cœur de mon approche comme psychothérapeute. L'approche principale avec laquelle je travaille est la psychologie corporelle intégrée. Elle a été créée par Jack Lee Rosenberg (1989), et vient de deux courants principaux : théorie des relations objectales de Winnicott (1965) et l'approche énergétique de William Reich (1942). Influencée aussi autant par l'orient que l'Occident, par le yoga tantrique, hatha yoga, thérapie freudienne, jungienne, reichienne, gestaltiste, thérapie par le mouvement, la danse, la méditation... C'est un travail de pleine conscience qui intègre les dimensions du corps, de l'esprit et de l'âme. On y retrouve des éléments permettant de lire l'individu, à la fois dans ses traces corporelles et dans leurs corrélations psychologiques. Elle permet de repérer les mécanismes de défenses que le corps et la personne ont adoptés. Il ne s'agit pas, selon les préceptes de cette approche, de parler de ses blessures pour défaire leurs inscriptions dans le corps. L'expérience clinique a montré que le travail simultané entre les enjeux psychologiques et leur enracinement corporel permet d'accéder à une expérience de soi différente du passé et d'échapper aux schémas défensifs habituellement reproduits dans

la vie présente. Car c'est essentiellement à travers le corps que l'expérience psychologique se vit et est mise en mémoire.

Les buts fondamentaux de cette approche sont de développer notre capacité de soutenir notre présence à l'expérience en cours, d'accroître notre capacité d'accueillir et de se soutenir avec notre vitalité et intensité émotionnelle, et de développer notre capacité de se reconforter en cas de besoin. Tout ceci pour être en mesure de prendre plaisir à être en relation avec soi-même, les autres et la vie.

L'expérience que j'ai acquise au niveau corporel sera un guide précieux pour supporter mon expérience dans le cadre de ma recherche. Ma présence corporelle m'indique ce qui parfois demeure latent dans ma psyché. Je peux observer les modulations de mon expérience, par la fluidité de ma respiration, ma capacité d'habiter et ressentir mon corps, de voir ses mouvements d'expansion et de contraction, d'observer mon ancrage, la clarté de mon regard... ces différents états me parlent de mon expérience et, à l'aide de ces repères, je peux identifier si je suis fragmentée, défensive ou centrée. Savoir où je me situe influence ensuite mes choix. Si j'observe que je suis défensive, je sais que je me défends de ressentir quelque chose vu comme étant menaçant, alors je peux y orienter mon regard avec différents outils afin de retrouver mon équilibre.

## **1.7 LA QUESTION DE LA SYMBOLIQUE AU CŒUR DE MA DEMARCHE DE RECHERCHE**

J'ai développé une pratique de plus de vingt-cinq ans au niveau de la symbolique comme artiste multidisciplinaire, psychothérapeute à médiation corporelle et guide en travail rituel. Cette expérience a forgé la praticienne que je suis devenue au cours des années. Très tôt, dans mon parcours formatif, j'ai été confrontée aux limites du recours à l'unique dimension réflexive, voire compréhensive de la pratique en accompagnement psychothérapeutique. Après avoir pratiqué quelques années en éducation spécialisée auprès de jeunes en difficultés, je suis allée étudier en psychologie à l'université. Ayant quelques années de pratique derrière moi, je ressentais un manque face aux méthodes proposées, je

ne croyais pas que cet enseignement allait m'apporter des réponses quant à la quête dans laquelle je me sentais. Je recherchais une approche qui dépassait l'analyse et l'aspect compréhensif.

Mon intuition me guide alors à développer une pratique artistique. Je ne savais pas du tout à cette époque que ce long périple allait me ramener vers mes premières amours mais, cette fois-ci, outillée différemment. Je me situe donc aujourd'hui dans une perspective où la dimension symbolique tant au niveau corporel, artistique que rituel, peut grandement supporter les processus d'accompagnement du changement humain. En ce sens, la posture de Maurice Legault (2004) exprime bien où je me situe. Il dit :

L'accompagnement formel cesse généralement à l'étape du décryptage du sens. Le postulat relatif à la démarche réflexive d'un praticien est que l'aboutissement à cette étape du sens soit une condition suffisante pour qu'il y ait éventuellement un changement qui survienne dans la pratique effective à venir. Or, on peut travailler, au plan théorique et au plan pratique, à l'élaboration d'étapes subséquentes. C'est ici que j'estime que la symbolique peut intervenir comme porteuse de la récolte réflexive jusque dans son aboutissement souhaité dans des vécus singuliers. (Legault, 2004, p.52)

Dans mon travail, la dimension symbolique peut tout autant permettre d'avoir accès à un sens insoupçonné, voir inconscient de mon expérience que venir aussi supporter par la symbolique, un devenir. Maurice Legault (2005) cite un exemple qui décrit bien de quelle façon la symbolique peut permettre l'accès à un contenu implicite :

L'utilisation de la symbolique, dans la forme d'un dessin spontané et d'un objet matériel, a pour but ici d'enrichir l'étape descriptive de la démarche réflexive. Quantitativement en suscitant plus de détails et qualitativement car les détails sont sur un registre différent du langage verbal. La réalisation du dessin et le choix de l'objet rituel peuvent être vus comme des actes contribuant à l'acte de création qui permet, à l'étape du réfléchissement du vécu, de faire exister au plan du « représenté » le vécu passé de référence (étape 2). Ces actes ont l'avantage d'être dans le mode pré-verbal plus « près » et mieux accordés à la nature « illettrée » du vécu que le passage immédiat à la verbalisation. En ce sens, cette voie symbolique permet à la personne d'être présente à son vécu d'une manière dont elle ne pourrait l'être dans le mode verbal. Cette démarche peut être vue comme une technique concrète contribuant à opérer la réduction phénoménologique car elle permettrait alors à « faire apparaître la

chose telle qu'elle est », du moins davantage que si on ne la faisait apparaître que par la verbalisation. (Legault, 2005, p.39)

La symbolique, comme je le disais, peut aussi venir supporter un devenir. Pour illustrer ce propos, je vous communique un rêve que j'ai fait:

Un ours se penche en courbant le dos vers mon lit, mon regard croise son regard. Je me dis n'ai pas peur, reste là, et le lien d'amour passe. Le fait de rester là, a permis cette connexion. Ensuite l'ours se couche à côté de mon lit et je me colle contre lui. Je sens l'autorisation.

À cette période de ma vie où je fais ce rêve, j'ai beaucoup de difficulté dans une de mes relations au masculin, pour moi ce rêve était très porteur, d'abord parce qu'il me montrait que malgré que j'aie très peur, je pouvais laisser l'amour passer. Pour venir supporter mon expérience, j'ai utilisé, après ce rêve, la symbolique que ce rêve m'avait proposée : je me suis mise à porter un collier avec des griffes d'ours et quand je faisais mon yoga, je respirais avec la présence de l'ours. Je rappelais ce symbole, à travers mon corps pour venir supporter mon intention qui était d'arriver à laisser passer l'amour. Maurice Legault décrit comment, pour sa part, il intègre la voie du corps et de la symbolique pour le guider vers la révélation de sens :

Les résultats de cette recherche ont montré qu'il y a un mouvement naturel de déploiement de ces symboles vers la révélation du sens. [...] Une condition propice à ce déploiement du sens est la qualité de la présence et de l'attention que la personne porte à son symbole d'identification. L'approche corporelle dans l'expérience première et directe de l'élément d'identification, par la voie du corps en mouvement, a fait valoir l'importance de la primauté du vécu et la pertinence de faire taire la pensée réflexive dans le moment du choix de l'élément. Dans la quête de sens, il s'agit également d'utiliser la voie du corps pour interagir avec un contenu symbolique sans que n'intervienne nécessairement, ou trop prématurément, la pensée réflexive. Le mouvement corporel guide en quelque sorte la personne sur la voie du sens et l'invite à s'engager sur ce chemin qu'elle a à prendre plutôt que sur cet autre qu'elle « pense » falloir emprunter. De cette manière, la médiation du sensible vers l'intelligible est soutenue par le corps en mouvement. Tout se passe comme si la quête de sens des expériences, sur le plan interprétatif, se faisait par un processus de nature essentiellement descriptive. (Legault, 2005, p.36)

Dans le domaine de la neuropsychologie, on parle beaucoup aujourd'hui de l'importance d'activer le cerveau droit, le cerveau intuitif tout autant que le cerveau gauche, réflexif. Pour moi, travailler au niveau symbolique et réflexif, permet aussi cette intégration neuronale. Louis Cozolino (2012) dit à ce propos :

Une troisième dimension veut que l'implication de l'affect et de la cognition soit nécessaire dans le processus thérapeutique. Elle crée un environnement convenable à l'intégration de circuits neuronaux qui présentent une grande vulnérabilité à la dissociation. On a dit qu'en psychothérapie « la compréhension est le lot de la consolation », Fournir une explication psychologique de problèmes qui restent inchangés est une victoire creuse. De même une catharsis sans cognition n'amène pas non plus à l'intégration. La capacité à tolérer et à réguler les affects crée les conditions nécessaires pour que le cerveau puisse continuer de se développer toute la vie. Quelle que soit la méthode, la régulation des affects est sans doute le résultat le plus important du processus psychothérapeutique, car elle permet de se reconnecter avec des expériences saines qui se passent naturellement dans la vie. L'activation répétée et simultanée entre les réseaux aide vraisemblablement à leur intégration. [...] Ce concept est parallèle au principe neuroscientifique : Les neurones qui s'activent ensemble tendent à s'établir en réseau. (Cozolino 2012, p.66)

Je me situe donc dans cette perspective lorsque face à une situation où des affects dysrégulés (une relation où je me défends de l'amour) sont soulevés, je viens faire un travail de symbolisation par des gestes ritualisés (symbole de l'ours amené par un rêve) à travers le corps.

Développer toutes ces habiletés au plan de la symbolique a aussi été une question de survie pour moi. Je crois au travail en psychothérapie, mais dans ma pratique d'accompagnement, je recherche de plus en plus à aider les clients à développer des outils qui pourront leur permettre de s'auto-soutenir dans leurs démarches et les amener vers une prise en charge de leurs vies. Le psychothérapeute ne peut pas toujours être à côté de son client et le client n'en a pas toujours les moyens non plus. C'est donc dans cette réalité que j'ai dû mettre à profit tous les outils que j'avais développés jusqu'à maintenant pour traverser les épreuves que ce mémoire allait soulever.

## 1.8 LA QUESTION DU RITUEL COMME UNE VISION ELARGIE DU PROCESSUS VECU

Mais quel est ton mythe, à toi, le mythe dans lequel tu vis ?

Carl Gustav Jung

Sans initiation, l'homme ne peut pas participer à la pleine vie de la culture et de la société, ni trouver son identité existentielle.

Dr. J. Van der Vloet

Dans ma manière de vivre et de percevoir le monde, la dimension du mythe et du rituel prend une place importante. Je ne crois pas être au monde sans raison, je porte la croyance que je suis venue transcender un inachevé et que j'ai à polir différentes facettes de mon âme afin d'incarner de plus en plus l'amour, la conscience, la lumière. Tout comme Carl Jung (1966) qui se demandait dans quel mythe il vivait, c'est une question que je me pose régulièrement. Dans cette posture, j'ai tendance à regarder les défis de ma vie avec une vision élargie, ce sont des possibilités de transformations ou, comme le dirait le théologien Allemand Dr. J. Van der Vloet (1991, p.2)<sup>5</sup>, « une initiation, où l'initié devient autant le sujet de sa propre vie ». Pour Joseph Campbell (1978), la fonction principale de la mythologie et du rite est de fournir des symboles à l'esprit humain pour l'aider à aller de l'avant et à faire face à ses chimères qui le gênent continuellement. Il croit même que la grande fréquence des névroses que nous rencontrons dans la société actuelle est due à une carence d'aide au niveau symbolique. Selon lui, nous demeurons accrochés à des images non exorcisées de la petite enfance et de ce fait peu disposé à franchir les étapes nécessaires pour parvenir à l'âge adulte.

En commençant ma démarche pour cette maîtrise, je ne savais pas que celle-ci me ferait vivre une initiation. Ce n'est que vers la fin du processus que j'ai compris que ce que je venais de traverser était une initiation. Comme Campbell (1978) le dit, elle allait me permettre d'exorciser des situations restées inachevées de ma petite enfance. Pour Mircéa

---

<sup>5</sup> Tiré d'un document sur le web : [www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc](http://www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc)

Éliade (1959, p.10), l'initié acquiert ainsi une nouvelle existence qu'il qualifie même de « *naissance mystique* ». Par le chemin de l'initiation, le sujet a vraiment la possibilité de vivre un changement ontologique de l'existence, sa vie peut devenir complètement autre.

Les anthropologues, suggère Dr. J. Van der Vloet, (1991, p.1)<sup>6</sup>, ont élaboré un schéma qui semble être commun à tous les rites d'initiation :

*Il s'agit d'un mouvement en trois étapes :*

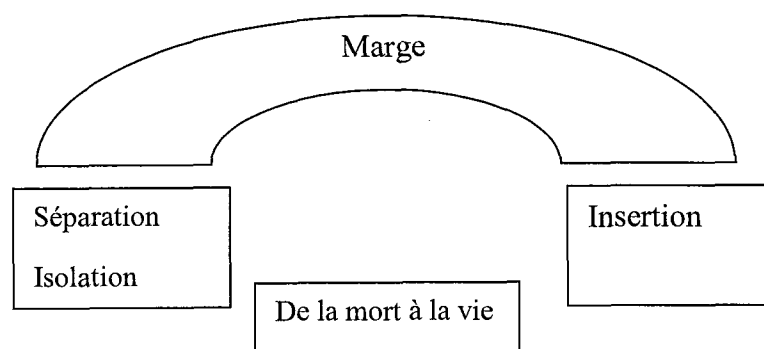


Figure 2 : Schéma des différentes étapes d'un rite d'initiation selon Vloet (1991)

Le rituel, selon Vloet (1991), est une forme d'épreuve où les initiés sont d'abord isolés pour être préparés au rite. Cette isolation est déjà considérée comme une mort initiatique puisque le candidat est retiré de son milieu naturel pour être préparé à l'étape suivante : la transition. Cette seconde étape situe le candidat dans la marge et il doit faire face à un danger, une épreuve qui est physiquement ou symboliquement menaçante. Cette étape engage l'initié dans des cérémonies archétypales de mort et de renaissance afin d'y découvrir les secrets les plus intimes de son âme. Il doit alors faire preuve de courage et de persévérance pour traverser cette épreuve. Ce processus comporte un moment de deuil, puisque l'initié doit quitter quelque chose de son ancienne vie pour une existence sous une nouvelle forme. La troisième étape, l'insertion, permet à l'initié de réintégrer son milieu avec sa nouvelle identité. Les anciens le reçoivent et le reconnaissent sous sa nouvelle forme.

<sup>6</sup> Schéma provenant d'un article sur le web : [www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc](http://www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc)

À travers mon récit d'initiation, chacune des scènes constitue un petit rituel qui sont des fragments du plus grand rituel que j'ai traversé. Sans que je ne l'aie décidé au début de cette recherche, mon récit d'initiation s'est construit autour de cette logique.

## 1.9 ANALYSE COMPREHENSIVE ET INTERPRETATIVE DE DONNEES

L'écriture ne fait pas que retranscrire le sens  
mais participe à le créer.

Jacques Hillion

Après avoir recueilli toutes mes données de recherche, je me suis longtemps demandé de quelle manière je pourrais en faire l'analyse. Selon André Paillé et Alex Mucchielli (2003) le matériau doit être questionné puisqu'il ne parle pas de lui-même. Au commencement, le chercheur a un projet ou au minimum une sensibilité aiguisée. Il s'agissait, à partir de tous ces éléments, d'arriver à saisir cet angle ou ce que Gilbert Durand (1960) nomme le « *trajet anthropologique de l'imaginaire* ». Mais comment, devant tant de données, est-ce que j'allais m'y prendre pour faire émerger du sens ? Pour André Paillé et Alex Mucchielli : « L'analyse qualitative est une activité humaine qui sollicite d'abord l'esprit curieux, le cœur sensible et la conscience attentive, et cet investissement de l'être transcende le domaine technique et pratique » (Paillé et Mucchielli, 2005, p. 24).

Je comprends que devant ce matériau dispersé, le chercheur doit avoir une attitude phénoménologique pour permettre au sens et au savoir d'apparaître. Je dois, devant mon matériau accumulé en fouillis, depuis les cinq dernières années, déployer des efforts inouïs, m'armer de patience, de persévérance et d'une grande discipline pour prendre le temps d'écouter et de me laisser guider par mon intuition pour choisir, trier et réorganiser mes données. Paillé et Mucchielli (2005) expriment ce que je tente de souligner ici en ces termes :

Les phénomènes n'apparaissent pas directement aux acteurs avec des significations qui seraient « incorporées » en eux, à la manière dont la linguistique voyait le « message », lequel contenait en lui-même son sens. Les significations « émergent » à



partir d'un travail, quasi intuitif et immédiat, fait par l'acteur en action, avec ses projets et ses habitudes cognitives, affectives et comportementales. (Paillé et Mucchielli, 2005, p. 12)

L'étape ultime du travail de recherche consiste donc à analyser des données en vue de produire du sens et du savoir. Et c'est par un effort de lecture, de relecture et de réflexion que le chercheur tente de dévoiler les liens qui unissent tous les faits dans le but d'en faire émerger une compréhension nouvelle. André Paillé et Alex Mucchielli (2005) ajoutent que l'analyse qualitative est :

[...] une démarche discursive de reformulation, d'explicitation ou de théorisation d'un témoignage, d'une expérience ou d'un phénomène. La logique à l'œuvre participe de la découverte et de la construction de sens. Elle ne nécessite ni comptage, ni quantification pour être valide, généreuse et complète, même si elle n'exclut pas de telles pratiques. Son résultat n'est, dans son essence, ni une proportion ni une quantité, c'est une qualité, une dimension, une extension, une conceptualisation de l'objet. (Paillé et Mucchielli, 2005, p.5)

C'est donc dans ce travail d'élargissement et de réorganisation de mes données que je me suis investie. Je devais trouver une méthode d'analyse en accord non seulement avec ma démarche de recherche, mais aussi avec un style qui me ressemble. C'est en lisant sur les méthodes de recherche par les journaux de Barbier que je me suis le plus retrouvée.

### **1.9.1 Méthode d'analyse par journaux de recherche**

L'autobiographie serait une tentative de « survie » psychique dont l'enjeu est de mettre à distance une référentialité obsédante pour laquelle il s'agit de trouver une explication satisfaisante.

Simon Harel

Barbier propose qu'à partir de notre journal brouillon, un autre journal soit constitué en journal élaboré. Il se met dans une sorte d'écoute flottante à partir de ce qui est déjà écrit pour réorganiser ses écrits sous une nouvelle forme. Il se laisse aller à ses élans créateurs, à

des dérives analogiques de telle sorte que d'autres faits et réflexions lui viennent à la mémoire. Barbier (1996) dit à ce propos :

Je n'hésite jamais à insérer, à ce moment, des commentaires scientifiques, philosophiques ou poétique, trouvés dans des ouvrages ou improvisés par moi-même. J'ai envie que mon lecteur ressente à la fois l'ordre et le désordre, le silence et le bruit, la nuit et le jour, la haine et l'amour, l'action et la contemplation, la rationalité et l'irrationalité, la naissance et la mort de toute existence. Mon texte doit pouvoir le toucher dans son site le plus secret, l'interroger sur ces « allant-de-soi. (Barbier, 1996, p.99)

Cette dialectique englobe d'une manière dynamique, comme le dit si bien Marc Sautet cité par Barbier (1996, p.100) : « [...] le corps, l'âme et l'esprit, la nature et la culture, l'imaginaire et le symbolique, la modernité et la tradition, dans une élucidation du rapport d'un sujet à "son monde" ». Durant cette étape de l'écriture, le chercheur écrit pour lui-même et pour un éventuel lecteur. Il cherche, par la création symbolique du journal élaboré, à tisser un lien entre le dire et le non-dit et, comme Barbier l'ajoute, où le dire devient tissé de « *silence heuristique* ». Paillé et Mucchielli (2005, p. 104) ajoute qu'à ce moment-là, l'écriture ne devient pas qu'un « [...] moyen de communication, ou même une activité de consignation, mais un acte créateur. Par elle, le sens tout à la fois se dépose et s'expose ».

Pour passer du journal d'itinéraire au journal élaboré, j'ai relu tous mes écrits en me demandant si ceux-ci parlaient de mon sujet de recherche, d'une étape de l'initiation que j'avais le sentiment d'avoir traversée. Quand un de mes écrits semblait répondre à ces critères, je le sortais et le transcrivais en scène rituelle. Je n'hésitais pas à insérer des citations et réflexions d'auteurs qui venaient donner du sens à ce vécu.

Le récit d'initiation se rapproche du récit de vie. J'ai voulu en l'écrivant, comme l'exprime si bien Jeanne-Marie Rugira (2004), que la crise à travers laquelle j'étais passée devienne salutaire plutôt qu'un emprisonnement :

Je pensais qu'il ne fallait pas tenter d'éviter la douleur, ni la tristesse ni encore la bêtise, pas même la folie. Il fallait plutôt entrer dedans, les traverser tout à fait, de la source à l'embouchure pour enfin pouvoir espérer en sortir. J'ai donc pu reconnaître

dans l'histoire de vie une voie me permettant non seulement de désarmer mes crises, mais aussi d'atténuer leur vigueur destructrice et d'en faire des crises salutaires. (Rugira, 2004, p.49)

Je voulais, par l'écriture de mon récit, mieux comprendre ce que j'avais traversé, honorer ma trajectoire singulière, prendre mon pouvoir dans un lieu de grande fragilité et devenir « *filles de mon œuvre* », comme le dit si bien Rugira (2004, p.57) en participant à « *la procréation par l'écriture* ». Pineau et Legrand (1993, p.121), cités par Rugira, expriment ce souhait qui m'habite au moment d'écrire ma traversée initiatique :

J'intuitions cependant qu'approcher les moments cruciaux de l'histoire de ma vie pourrait éventuellement me permettre d'élucider, ne fût que pour moi-même, quelques énigmes nichées dans l'aventure que me fait vivre un présent agité où se conjuguent « passés complexes et avenir incertains, pulsions internes et intimidations externes » [...]. (Rugira, 2004 p.49)

La troisième étape de cette méthode de recherche est le journal commenté. Barbier (1996, p.102) nomme ce moment comme étant l'étape déterminante : « C'est la phase cruciale : celle de l'épreuve! Je n'ai pas écrit que pour moi et, maintenant, je vais en avoir le cœur net. Je donne à lire ou j'expose le fragment (ou la totalité) du journal élaboré ». Comme le suggère Rugira (2004, p.58), le projet d'écriture, qui prend la forme dans ce cas-ci d'un récit d'initiation, est « [...] d'abord et avant tout un projet de rencontre non seulement avec soi mais aussi et surtout avec les autres ». C'est le moment où j'expose mes écrits à un groupe. Les écrits deviennent alors un instrument de démocratisation du sens et du savoir au sein du groupe :

Je vis le groupe en l'occurrence, dans le sens d'une ouverture au jeu de la poéticité du monde. Je n'hésite pas à soutenir la nécessité d'affirmer une éthique problématique dans l'instant décisionnel. Je fais en sorte que le journal commenté devienne un instrument de démocratisation du groupe, ou trace de conscience critique dans la relation interpersonnelle. (Barbier, 1998, p.102)

Dans ce projet de recherche, le journal est passé à la troisième phase à partir du moment où j'ai commencé à envoyer des fragments puis la totalité de mon récit à ma

directrice de mémoire. J'ai aussi envoyé mon récit à des amis et collègues afin d'avoir des commentaires multiples et passer à l'étape finale par la présentation de ce mémoire.

## **CHAPITRE 2**

### **PROBLÉMATIQUE**

#### **2.1 PERTINENCE PERSONNELLE : A PROPOS DE L'HERITAGE DE MON HISTOIRE**

L'amour est une floraison rare. Parfois il se produit. Il est rare, car, il n'arrive que quand il n'y a aucune peur, jamais avant.

Osho

##### **2.1.1 Mon univers professionnel au début de cette maîtrise**

J'entends parler de la maîtrise des pratiques psychosociales au printemps 2008. À cette époque, je travaille comme coach de formation dans une école de rites de passage avec Paule Lebrun, j'ai une pratique artistique depuis plus de vingt ans en plus de commencer une pratique comme psychothérapeute en psychologie corporelle intégrée. Je suis en transition depuis plusieurs années du métier d'artiste vers celui d'accompagnatrice à médiation corporelle, psychologique, artistique et transpersonnelle et je propose différents ateliers où j'allie ces différentes dimensions.

Je suis passionnée par ce récent déploiement qui relie mes multiples champs d'expertises. Cependant, cette transition ne se vit pas sans difficulté, d'abord, d'un point de vue légal, j'ai acquis mes formations dans des écoles privées qui ne me donnent pas toutes les reconnaissances nécessaires pour faire face à la nouvelle législation qui sera en vigueur sous peu en lien avec le titre de psychothérapeute. Faire ma maîtrise viendrait combler cette lacune. Au-delà de ces contingences sociales, il me semble aussi me buter à des empêchements issus d'une source plus profonde.

À cette époque, j'ai le sentiment de vivre sous une cloche de verre et d'avoir un voile à traverser. Dans plusieurs environnements : dans mon atelier, en nature, avec des amis, en travail rituel, etc., je suis capable d'être en plein contact avec moi-même et les autres. Cependant, dans d'autres lieux, à la fois dans l'univers amoureux et social, c'est lorsque je désire déployer mon plein potentiel au sein de la communauté que je rencontre des obstacles. Comme si j'éprouvais une difficulté à m'amener au monde avec ce que je porte, à assumer mon pouvoir féminin. Qu'est-ce qui engendre cette difficulté? Je ne le sais pas complètement, mais je la vois se déployer dans différents univers de ma vie.

### **2.1.2 À propos de l'héritage de l'amour**

J'ai cherché à me réaliser à travers la relation amoureuse et cette voie a été une expérience d'aliénation et de confusion, un lieu où je perdais mon pouvoir. Je me rappelais récemment qu'au début de ma vie adulte, ma motivation profonde était d'aimer. Je me disais que, si dans cette vie-ci j'arrivais à incarner l'amour à travers une relation amoureuse, j'aurais réussi ma vie.

Ce désir d'incarner l'amour demeure essentiel, mais il y a eu confusion. J'ai rencontré l'amour à travers différentes relations idéalisées. La perte de l'amour m'a incitée à le chercher, en partie, à l'extérieur de moi. Pourtant, je peux très bien rencontrer des espaces de plénitude, en contact avec le tout, seule, mais c'est comme si je ne crois pas pleinement que cet amour est en moi et que je suis aimable. En relation intime, plus particulièrement, je me vois perdre mon pouvoir, me défaire et devenir incompetente.

Dans ma quête de réappropriation de mon pouvoir, j'ai rencontré un mentor qui m'a ouvert sur ma dimension spirituelle. J'ai pu vivre, dans cette démarche, plusieurs moments de grâce (un sentiment d'unification, de communion profonde avec le tout, ce qui est à l'intérieur et l'extérieur.) Très emballée par la découverte de ces nouveaux territoires, je fais des études dans le domaine de la spiritualité et pratique de façon assidue par le biais de

ma démarche artistique, par la communion avec la nature, le yoga, etc. Je fais aussi différents rituels et rencontre de plus en plus régulièrement des états de grâce.

D'autre part, j'expérimente, avec ce guide, une répétition de mon scénario originel et vis avec lui un transfert amoureux. Le transfert amoureux me plonge, sans que je ne le réalise vraiment, dans l'angoisse du possible triomphe œdipien et du dilemme d'un indispensable et intolérable amour défendu. Mon cheminement avec ce mentor se termine alors que l'intégration de ces différents ingrédients n'est pas complète, mon thérapeute quitte la région et cesse sa pratique en privé. Je suis toujours en reproduction. La relation n'a pu aller au-delà de la phase transférentielle, ce qui me laisse dans une certaine ambiguïté.

Quelques années plus tard, c'est ce même mentor qui me suggère de m'inscrire à l'université. Au moment où je choisis ma directrice de maîtrise, elle propose que mon ancien thérapeute soit co-directeur puisque de toute façon, s'il n'est pas présent dans nos rencontres, il demeure fantomatique et ça ne permet pas de vivre une transformation du lien dans le réel. Je vois l'aspect transférentiel de la relation et l'occasion qui m'est donnée de construire une relation différente que ce que j'ai connu, et ce n'est qu'en relation que je peux transformer ces enjeux. Dans cette dynamique relationnelle, je vois le transfert amoureux que je dépose dans la relation. Au niveau contre-transférentiel ce que j'y ai senti n'était pas toujours clair pour moi, ce qui fait qu'avec mes enjeux, je suis restée coincée à cet endroit.

La mère a aussi un rôle à jouer. Dans mon histoire, elle n'a pas su prendre sa place face au père et le séparer de sa fille. C'est un théâtre systémique qui se rejoue, les acteurs sont en places, le défi est de faire autrement. Je fais donc mon deuil, comme femme, de rechercher, à travers cette relation, à construire un lien amoureux. Enfant, amour et amoureux ont été liés. À travers mes démarches de clarification, je prends de plus en plus conscience de ma crainte de l'abandon et de mon incompetence et de ma vulnérabilité en ce lieu. Ce n'est ni par la négation de ce qui est, ni en réalisant un lien amoureux que je peux y arriver. C'est en transformant l'intention de cette relation, quelle puisse en être une de

réparation. Je dois apprendre à aimer ce mentor sans que cela ne soit à travers le filtre de l'amoureuse et de la séductrice, que mon cœur puisse aimer de différentes façons, différentes personnes. J'ai aussi besoin d'être sécurisée face à ma peur de l'abandon. Apprendre que je peux être dans ma dignité de femme sans être jetée. J'ai besoin d'un père symbolique qui me dit non, mais qui garde le lien du cœur, le temps que j'apprenne à me construire dans un rapport différent.

### **2.1.3 À propos de ma quête spirituelle**

Comme je vis des états de conscience modifiée grâce à l'accompagnement de mon thérapeute, la quête du père et ma quête spirituelle se sont aussi retrouvées entremêlées. Je recherche la reconnaissance du père dans le divin. Au-delà de cette reproduction parentale, cette relation me permet aussi de me libérer le cœur, de rencontrer l'amour avec un grand A. Mon désir est ardent et me permet de vivre toute une aventure dans l'univers du sacré. J'y vis des expériences transcendantes Je rencontre le tout, la lumière... C'est une rencontre sacrée qui m'ouvre à la création. Mais, j'ai beau être illuminée pendant des mois, cela ne modifie en rien mes compétences amoureuses ni ne m'aide à savoir prendre ma place dans des univers féminins. En fait, plus mes expériences d'illuminations sont grandes plus mes chutes sont fracassantes. Je réalise que souvent, c'est mon manque d'estime qui me pousse vers des projets grandioses de transcendance et autres. En fait, je comprends que mes élans créateurs sont davantage motivés par mon manque d'estime, et l'espoir que cette reconnaissance de ma valeur vienne de l'extérieur. Je vois donc le besoin de rapatrier cette petite fille en moi qui se sent nulle et qui a honte de l'être. C'est un moteur puissant, mais peu importe mes inventions, j'en reviens toujours au point de départ. Je porte, à cette époque, une utopie; je faisais comme si le spirituel allait guérir le relationnel !



### 2.1.4 À propos de ma vie artistique

Durant vingt ans, j'ai gagné ma vie comme artiste. J'ai une boutique d'art chez moi, lieu magnifique au bord du fleuve. Dans cette belle caverne d'Alibaba, j'ai fait de multiples créations que j'ai exposées parfois timidement, parfois avec hardiesse. À plusieurs reprises, j'ai eu des projets vraiment intéressants, et je les ai fait avorter ou je n'ai pas su suffisamment soutenir mes élans pour les déployer pleinement. Je vois deux raisons pour lesquelles j'ai de la difficulté à persévérer dans ce que je porte. Un aspect appartient au désir d'être découverte par un Prince Charmant qui me ferait sortir de ma geôle. Puisqu'il ne se manifeste pas rapidement, ou par manque de constance, je m'abandonne. Le second appartient à la compétition féminine. Alors que j'amenais ce que j'ai de plus sensible au monde, il m'est souvent arrivé de me faire *poignarder* par des femmes. Cette violence m'a fait battre en retraite.

### 2.1.5 À propos de mon histoire familiale

Je réalise de plus en plus que tout ce vécu est relié à mon scénario originel. Voici les différents liens que je commence à dégager au début de cette maîtrise :

Dans la dynamique relationnelle première mère, père, fille, il y a eu un surinvestissement de la relation père-fille. Le père, lorsqu'il arrive de voyage, a toute son attention dirigée vers ses filles. Il nous démontre combien il est heureux de nous retrouver et il a toujours un petit cadeau pour nous. Pour ma mère, rien ou presque. C'est à nous qu'il démontre de l'amour et de la tendresse. On est ses petites filles adorées et il érotise ce lien.

- Ce surinvestissement crée une double contrainte dans mes relations amoureuses (oui je veux, non je ne peux pas. C'est mon père).
- Le père ne sait pas tenir une saine distance avec sa fille et la mère n'est pas dans son pouvoir et ne peut pas la protéger.
- Dans cette triangulation, il y a une relation excluante, qui exclue la mère et les sœurs et entraîne une compétition avec les autres femmes pour l'amour de ce père

qui semble être le seul élément vraiment heureux, vraiment vivant et vraiment attrayant dans le système. Ses filles cherchent toutes le regard du père. L'identification à l'image maternelle est difficile dans le contexte.

- Dans ma psyché, il y a eu une séparation : mère égale servante et fille égale amour. Avec l'amoureux, si je ne veux pas me retrouver servante, je dois m'opposer à la mère (en moi et à l'extérieur de moi). Si je perds l'amoureux, je perds le lien avec le père et donc avec la part vivante de ma vie familiale, ainsi je me sens en danger de mort.
- Cette construction familiale me fait vivre trois empêchements : 1) Je ne peux pas aimer (relation amoureuse illégitime avec le père); 2) Je ne peux pas apparaître (regard invalidant de la mère, je ne suis pas vue dans la détresse que cette relation au père occasionne); 3) Je ne peux pas exister (je suis le remplacement de ma sœur décédée dans le projet de ma mère et mes sœurs ne veulent pas d'une nouvelle venue).

Tout ceci me fait dire que je dois sortir de l'emprisonnement de cette identification dans l'inconscient parental et familial. Je ne me sens pas correcte, coincée entre une relation illégitime au père et la famille. Je me vois aussi, à certains moments, comme une traîtresse : si je viens vers le père, est-ce que la mère est trahie?

Comment puis-je alors, dans les différents plans de ma vie, me réapproprier mon pouvoir de femme? Comment puis-je transcender cette mémoire de compétition familiale et collective? Comment ma quête du père et ma quête amoureuse peuvent-elles se transformer en quête féminine et en tentative de réappropriation de l'animus afin de ne pas être dans des relations morbides, et pouvoir ainsi vivre des relations amoureuses plus satisfaisantes. Comment passer de l'aliénation à la réalisation.

Je vois aussi que l'idéal est venu assombrir mes relations. J'étais en amour dans le but inconscient de réaliser mon idéal au lieu d'être en relation pour passer à travers mes enjeux, être dans ma quête. Je me disais que si mon partenaire n'était pas ainsi, ça ne serait pas comme ça et que je ne suis peut-être pas avec le bon, etc. Au lieu de cela, je comprends

mieux, aujourd'hui, que je dois développer des compétences relationnelles qui vont faire que l'amoureux peut tomber dans ses enjeux sans que je ne le prenne personnel. J'ai été blessée dans mon cœur d'enfant, dans mon rapport à l'amour. Ma blessure originelle est là et me rend très vulnérable. Je dois apprendre à sécuriser cet espace tout en me donnant du temps. Je tourne en rond depuis plusieurs années, me rapprochant de plus en plus de cet abîme relationnel et je me suis épuisée. Cette perte d'énergie m'a aussi nui au niveau de ma contribution sociale. Je dois donc apprendre à prendre soin de moi, tout en me donnant la possibilité d'acquérir de nouvelles compétences amoureuses. Je dois trouver le moyen de regarder ces enjeux de façon à me construire dans les différents aspects de ma vie plutôt que de me démolir et m'épuiser.

Je suis consciente que je suis accrochée à un idéal, faute d'avoir eu, comme enfant, un modèle de couple fondé sur le serment : pour le meilleur et pour le pire. Je n'ai pas suffisamment vu les interactions prosaïques entre le père et la mère où l'un et l'autre s'intéressent vivement à maintenir le contact à parts égales. Le père n'est pas intéressé par ce type de relation; il est plutôt intéressé à recevoir un amour idéalisant, et à me choisir plutôt que d'être avec sa femme. Cette façon de faire me cristallise dans ce lieu d'idéalisation, de quête du père. Ce qui me fait dire que je ne suis jamais sortie de la matrice du père et que je paralyse lorsque je veux assumer mon animus en société. Psychiquement, je suis demeurée une petite fille. Je n'ai pas appris, ni à travers ma relation au père, ni à travers ma relation au thérapeute, à abandonner cette quête de l'amour du père, de l'absolu. L'attente du père continue d'alimenter le rêve qui empêche la rencontre véritable. Ce qui rend mes relations amoureuses compliquées. Aucun partenaire ne peut être à la hauteur, à moins d'être dans une idéalisation.

### **2.1.6 À propos des mémoires collectives**

C'est peut-être le désir de l'union idéale avec le père, l'amoureux, le thérapeute qui m'a mis en chemin, mais j'ai réalisé que cette quête s'inscrivait dans une perspective beaucoup plus large que mon histoire personnelle. L'autre, tel que je me le représente,

appartient à la psyché féminine. En ce sens, ma quête dépasse le personnel. Ce que j'essaie de transcender est aussi collectif. C'est une invitation à sortir de l'utopie, à faire le deuil de l'illusion et du mythe du prince charmant. Nous portons en nous la mémoire de la fusion, avec la mère d'abord, mais aussi avec la nostalgie de l'ailleurs, lieu du rappel de la fusion avec le divin, mémoire cosmique dont nous sommes biologiquement constitués. Comme le mentionne Arouna Lipschitz (2003, p.186) « Il fallait lâcher l'ancien accroché à une nostalgie plus ou moins consciente d'un paradis perdu ». Je me demande alors comment puis-je sortir de l'utopie tout en conservant la dimension sacrée de la vie et de l'amour?

Je reconnais, de plus en plus, que je suis dans un cycle que je répète de la façon suivante : incubation, création et prestation avec l'espoir d'être reconnue (symboliquement du père et de la mère) et de là, déception et assassinat. Qui est donc l'assassine en moi qui rend cette mise au monde si difficile? Il me semble, qu'au-delà de la compétition féminine vécue dans ma famille avec mes sœurs et ma mère afin d'obtenir les faveurs du père, que je porte aussi une mémoire beaucoup plus lointaine qui semble me venir d'un inconscient féminin collectif ; celle des sorcières mises au bûcher. Femmes de connaissances, des guérisseuses par les plantes ou différents rituels, elles sont mises au bûcher pour leurs pratiques, leurs pouvoirs et souvent dénoncées par d'autres femmes. Comment puis-je alors aller vers mon propre pouvoir sans risquer cette mise à mort et transcender cette mémoire familiale et collective? J'ai le goût de me porter avec ce que je suis, ce que je crée et de me soutenir avec ce que je désire amener au monde. Je souhaite me réconcilier avec l'univers féminin et reprendre mon pouvoir de femme. Au-delà de tout cela, ce qui m'importe le plus, comme à mes vingt ans, c'est d'aimer. Ainsi comment puis-je restaurer ma légitimité à aimer et à m'aimer?

### **2.1.7 Devenir un sujet responsable**

Ce qui m'intéresse à travers cette maîtrise est d'observer de qu'elle manière j'arrive à prendre de la distance et à graduellement me désidentifier de cet héritage familial qui me freine dans mon déploiement et dans ma capacité d'aimer. Mes outils sont à la fois dans la

sphère spirituelle et psychologique. Je veux observer de qu'elle manière ces différents champs de compétences peuvent se nourrir l'un l'autre dans cette quête de réappropriation de mon pouvoir, pour ensuite transférer ces savoirs dans l'accompagnement de mes clients qui, eux aussi, partagent cette quête, puisqu'ils souhaitent eux aussi, devenir des sujets responsables, libres de leurs enchaînements.

## **2.2 PERTINENCE SOCIALE ET SCIENTIFIQUE**

Ma responsabilité est envers mon cœur, pas  
envers qui que ce soit d'autre au monde.

Osho

### **2.2.1 De la responsabilité sociale**

Dès mon enfance, j'ai senti en moi une soif de me relier au cœur, à l'authenticité et au monde de la création. Enfant, je courais de l'école à la maison en chantant ma vie, mes questions, mes sentiments. Dans la forêt, je racontais à ma meilleure amie des contes reflétant notre vécu. C'est dans ces moments de solitude, sous le regard d'aucun adulte ou d'autres enfants (à l'exception de ma meilleure amie) que je peux librement laisser aller ma créativité, exister et vivre un sentiment d'ouverture et de liberté. Dans ma famille, je vis un grand manque sans trop pouvoir l'identifier. Dès ma jeune adolescence, je n'en peux plus du milieu faux et bourgeois dans lequel j'évolue. Tout est dans le non-dit. Il se trame des choses importantes sans que nous soyons au courant ni de la dépression de ma mère, ni du libertinage de mon père, ni de leur éventuelle séparation.

Comment, dans ce type de contexte, se réapproprier son histoire et la transcender. Qu'est-ce que je porte réellement comme vécu et comment lui faire confiance quand notre senti d'enfant a constamment été invalidé par les faux semblants. Dans mon histoire, je vois des répétitions se produire, que ce soit dans l'univers de la compétition féminine, dans la

triangulation et dans ma quête amoureuse. Comment faire pour prendre conscience d'une histoire que l'on reproduit, mais dont on ne connaît pas vraiment les ancrages.

Combien de gens peut-on voir dans des patterns répétitifs, prisonniers de leurs histoires. Comment à la fois la dimension sacrée et le psychologique peuvent venir supporter une démarche de reprise en charge? J'utilise depuis plusieurs années différents outils : le dessin, l'écriture (conte, poésie, écriture automatique, etc.) l'analyse des rêves, les marches de médecine, rituels, et approche psycho-corporelle pour m'accompagner dans ce chemin d'individuation. Comment ma démarche singulière peut-elle contribuer à un devenir collectif? Je porte la croyance, je dirais même la conviction, que chaque humain a une voie qui lui est propre et qu'il a la responsabilité d'écouter intimement, à la fois ce qui le contraint et ce qui le déploie. À ce sujet Eckhart Tolle (2005) dit :

On ne devient pas bon en essayant d'être bon, mais en trouvant la bonté qui est déjà en soi et en lui permettant de s'exprimer. [...] L'histoire du communisme, idéologie inspirée à l'origine par de nobles idéaux, illustre parfaitement ce qui se produit lorsque les gens essayent de changer la réalité extérieure --créer une nouvelle terre-- sans avoir auparavant changé leur réalité intérieure, c'est-à-dire leur état de conscience. Ils tracent des plans sans tenir compte de l'engramme de dysfonctionnement porté par chaque être humain, sans tenir compte de l'ego. (Tolle, 2005, p.11)

Depuis la fin de mon adolescence, je porte cette question : comment prôner la paix si on ne la porte pas soi-même. On peut afficher une bonne image sociale, mais en réalité vivre de grandes détresses intérieures, présenter l'image de la famille parfaite alors qu'elle est éclatée. Cette distorsion des milieux bourgeois m'a beaucoup heurtée, la vivant de l'intérieur. Déjà à onze ans, je cherchais des amis issus de milieux différents, plus simples, directs, qui disaient les vraies choses. Je n'en pouvais plus des mensonges de ma famille et de mon milieu. Il est donc rapidement devenu clair pour moi que je ne voulais pas simplement porter l'idéologie de la paix et du cœur, mais tenter de l'incarner, et c'est toujours la voie que je poursuis en mettant l'accent sur la transformation intérieure et sur la réalisation. Ce paradigme est d'une telle importance que j'en ai fait mon métier et aide aussi les gens à voir à la fois l'engramme de leur dysfonctionnement ainsi que la beauté

qu'ils portent. Je ne crois pas que les grands changements de société puissent se produire uniquement par le biais des mouvements écologistes, gouvernementaux ou autres, quoique je ne nie pas leur importance. Comme le soutient Krishnamurti (1969 p.12) les tentatives de changements extérieurs que ce soit par les guerres, les révolutions, des réformes, des lois ou des idéologies n'ont pas réussi à transformer la nature profonde de l'homme, ni des sociétés. Je crois que les réelles révolutions viennent de l'intérieur et que les guerres dans le monde ne sont qu'à l'image de nos multiples guerres intérieures (jalousie, compétition, avarice). Il est primordial pour moi, de porter attention à ce que je fais, dis, éprouve en relation et d'être consciente de ce que je reproduis. Dans le même sens que Krishnamurti Eckhart Tollé ajoute :

L'histoire du communisme, idéologie Inspirée à l'origine de nobles idéaux, illustre parfaitement ce qui se produit lorsque les gens essayent de changer la réalité extérieure-crée une nouvelle terre- sans avoir auparavant changé leur réalité intérieure, c'est à dire leur état de conscience. Ils tracent des plans sans tenir compte de l'engramme de l'engramme de dysfonctionnement porté par chaque être humain, sans tenir compte de l'égo. (Eckhart Tollé, 2005, p.11)

Si nous voulons un monde meilleur, je crois qu'il appartient à chaque individu de se responsabiliser. Comme le dit Agnès Noël dans son mémoire (2009 p.17) : « La question des compétences relationnelles, de l'aptitude à avoir une conscience éveillée au coeur de nos relations, comme celle du savoir être avec les autres est une question préoccupante dans les sociétés actuelles. »

Je suis d'accord avec Eckhart Tolle lorsqu'il dit : « En fait, plus vous assimilez vos pensées (croyances) à votre identité, plus vous vous coupez de votre dimension intérieure ». (Tolle, 2005 p.15) Le défi est là. Les croyances étant devenues partie intégrante de l'identité, comment faire pour, premièrement, en devenir conscient et, deuxièmement, pouvoir s'en désidentifier. C'est donc cette quête de sens que je poursuis dans ce mémoire. Comment faire pour voir mes attachements? Quel chemin suivre pour graduellement m'en détacher et avoir davantage accès à ma dimension intérieure, au sacré, à l'être, à mon lieu de vérité, à mon cœur, à ma lumière? Je crois que le courage de me tenir sur mon chemin, essayer de répondre aux questions essentielles de ma vie, peut, bien

humblement peut-être, en inspirer d'autres. J'estime qu'il s'agit de ma première responsabilité sociale.

Il faut être à soi-même sa propre lumière. Cette lumière est la seule et unique loi : il n'en existe pas d'autre. Toutes les autres lois émanent de la pensée et sont donc fragmentaires et contradictoires. Être à soi-même sa propre lumière, c'est refuser la lumière d'un autre, si raisonnable, si logique, si exceptionnelle si convaincant soit-il. Vous ne pouvez pas être votre propre lumière si vous êtes plongé dans les ténèbres de l'autorité, des dogmes, des conclusions hâtives. (Krisnamurti, 1999, p.8)

### **2.2.2 Du travail transférentiel**

Je me propose d'observer mes reproductions à travers ma triade d'accompagnement dans cette maîtrise, et d'utiliser les compétences que j'ai développées à la fois comme psychothérapeute, artiste multidisciplinaire et guide en travail rituel. La compréhension de ce vécu ne repose pas uniquement sur le suivi avec ma directrice et mon co-directeur, mais aussi sur tous les outils que je possède ainsi que les autres démarches que je peux faire avec d'autres professionnels. Comme le souligne Denise Ouellet (2010) dans la citation ci-dessous, les mémoires implicites reproduites dans la vie adulte sont perceptibles dans la relation thérapeutique à travers un accordage de cerveau droit à cerveau droit. Et ce qui singularise cette recherche est de voir non seulement comment cet accordage peut se faire entre moi et un thérapeute, mais aussi entre moi et un dessin ou une marche ritualisée ou tout autre outil.

Le nourrisson a un système de communication qui procède en grande partie du non-verbal, il n'a pas de mots et pourtant, il se fait bien comprendre. Peut-être que la communication qu'il utilise fait vivre à la mère les émotions qu'il ne peut lui communiquer autrement? Ces émotions éveillent dans la mère les traces d'états affectifs de base, issus de son passé et de son présent expérientiel. Siegel (1999) parle de cette communication comme d'un transfert d'énergie et d'information via des réponses verbales et non verbales qui signalent directement d'un esprit à l'autre en activant les circuits neuronaux qui modulent la réponse de celui qui reçoit. Ce processus de transmission primitif continue d'exister toute la vie durant et quand il est activé la qualité de l'attention aux signaux d'états affectifs est accrue et facilite l'accordage des états psychobiologiques (corps-esprit) des partenaires (Schoore, 2003b). Cela se passe aussi entre le thérapeute et le client et cela procède principalement de l'hémisphère droit du cerveau, cette structure neurobiologique



connectée aux perceptions sensorielles, aux émotions et aux images, aux rêveries, aux analogies et aux impressions, qui nous renseigne sur notre monde interne et sur le monde externe dans un processus contextuel. En effet, l'hémisphère droit médiatise la communication non-verbale et traite l'information et en particulier l'expression et la réception des émotions, dont la perception implicite des expressions faciales, prosodiques et corporelles (Schoore, 2003 a et b). (Ouellet, 2010, p.10)

### **2.2.3 De la réintégration de la dimension du sacré**

Notre culture a un besoin endémique de sacré. James Hillman (1993) dit que lorsqu'une société n'a plus de rites, les personnes âgées sont mises au rancart, les adultes sont désorientés et les jeunes deviennent violents. Malheureusement, nous ne pouvons que corroborer cette réalité. Il parle aussi de l'importance de fabriquer de l'âme qui est un processus poétique qui repose sur la connaissance de soi. Joseph Campbell (2010) ajoute, dans le même sens que Hillman, que nous avons trop de logos (raison) et pas assez de mythos. Pour lui, la fonction principale de la mythologie et du rite est de fournir à l'esprit humain des symboles qui lui permettent d'aller de l'avant et ce sont ces mêmes symboles qui l'aident à faire face à ses fantasmes qui le gênent sans cesse. Il croit d'autant plus que la grande fréquence des névroses que nous constatons autour de nous dans nos sociétés actuelles est due à la carence d'une aide spirituelle de cet ordre. Jean Houston (1990) parle aussi de la démythologisation de notre culture qui crée un désenchantement. Tous ces auteurs viennent corroborer l'importance de réintégrer la dimension sacrée dans notre société. Pour ma part, je crois que les dimensions spirituelle et psychologique doivent être des vases communicants, de manière à ce que l'un et l'autre s'interfécondent vers plus de Soi.

Je rêve de m'installer dans l'amoureuse, pour à la fois pouvoir de plus en plus développer ma capacité de me déposer dans l'amour, et voir avec amour les différentes identifications qui pourraient me faire perdre mon lien avec le tout dans le sens où Eckhart Tolle et Krisnamurti en parlent ci-dessous :

Si le diable est un tant soit peu une réalité (pas une réalité dans l'absolu, mais quelque chose d'apparenté), cette définition lui convient bien aussi : complète identification à

la forme, qu'il s'agisse de formes physiques, de formes-pensées, de formes émotionnelles. Cette identification se traduit par une inconscience totale de mon lien avec le tout, avec tout être et avec la Source. Cet oubli est le péché originel. (Tolle, 2005, p.19)

Cette lumière, cette loi n'appartient ni à vous ni à l'autre. La lumière-rien d'autre ne compte que la lumière. Voilà ce qu'est l'amour. (Krisnamurti 1999, p.9)

#### **2.2.4 Existentiel**

Dès mon jeune âge, je me suis questionnée sur la mort, celle-ci me permettant de mieux évaluer mes valeurs et mes choix de vie. Souvent, je me suis demandée si à l'heure de ma mort je serais satisfaite de ma vie? Si je meurs demain, est-ce que je dirai : oui je suis contente. Nous sommes trop loin de ces questions existentielles dans notre culture occidentale. Pour être satisfaite de ma vie, je sais que je dois cheminer sur cette voie qui me permettra de plus en plus de me désidentifier de mes attachements, croyances, etc. afin d'incarner aussi de plus en plus un regard bienveillant.

Votre seul souci devrait être de prendre soin, de protéger ces qualités que vous pouvez emporter avec vous quand la mort détruit votre corps, votre mental : ces qualités-là seront vos seuls compagnons. Ce sont les seules vraies valeurs, et seuls ceux qui les réalisent vivent, les autres font semblant. (Osho, 2004, p.20)

C'est un défi de réintégrer ce type de questionnement, puisque nous avons, comme l'expression le dit, jeté le bébé avec l'eau du bain. Nous avons déserté les églises et, par le fait même aussi, le sacré, la quête de sens, les rites, etc. Étant une zone quelque peu sinistrée, comment réintégrer la dimension sacrée sans soulever les peurs sectaires et dogmatiques qui nous viennent de notre passé religieux?

#### **2.2.5 Législatif**

Comment, d'autre part, une démarche scientifique qui tient compte à la fois de la dimension spirituelle et psychologique, peut-elle se tailler une place dans le domaine de la psychothérapie qui est de plus en plus légiférée et qui demande des données probantes.

Dans l'article 187.2 sur la loi 21, loi modifiant le Code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la santé mentale et des relations humaines déposée à l'assemblée nationale du Québec en 2009, il est écrit que les titulaires détenant un permis de psychothérapeutes, médecins, psychologues doivent: « s'appuyer sur des modèles théoriques scientifiquement reconnus et sur des méthodes d'intervention validées qui respectent la dignité humaine. ». Pourtant, comme le mentionnait Gilles Delisle<sup>7</sup> lors d'un atelier :

Aucune méthode aussi excellente soit-elle, aucun manuel aussi structuré soit-il ni aucune donnée probante n'ont jamais rien guéri. La personne du thérapeute et la qualité de la relation sont de meilleurs prédicteurs de l'issue d'une thérapie que l'approche labellisée, la technique, la marque déposée ou le manuel suivi par le thérapeute. La recherche n'est pas uniquement scientifique, elle peut aussi se mettre au service marketing de promoteurs d'approches labellisés et des intérêts particuliers des tiers payeurs. Des forces sont en jeu qui pourraient menacer le pluralisme de la psychologie.

Dans ce même atelier Gilles Delisle cite des auteurs Duncan, Miller, Wampold & Hubble (2009 p. 200-208) qui prouvent le fait dans leurs recherches que la personnalité du thérapeute transcende toutes techniques ou méthodes de psychothérapie manuélistes. McCarthy (2009) soutient dans sa thèse doctorale qui compare l'approche psychodynamique et les thérapies d'approches cognitivo-comportementales que les interventions expérientielles et processuelles sont celles qui ont la plus forte corrélation quant aux succès d'une thérapie.

### **2.3. PROBLEME DE RECHERCHE**

Dans ma quête de reprise de possession de mon pouvoir personnel, j'ai navigué tout autant dans les sphères de la psychologie (le conditionné) que dans les dimensions spirituelles (l'inconditionné). Il y a une action combinée qui me semble essentielle et

---

<sup>7</sup> Tiré d'un enregistrement d'une formation sur la relation thérapeutique fait avec monsieur Delisle en mai 2014 à Québec.

porteuse pour ma vie et mon travail. La psychologie est fondamentale pour arriver à identifier et nommer, l'histoire que je porte. Elle peut, par l'aspect transférentiel, me montrer tout autant l'implicite que l'explicite c'est-à-dire me montrer les enjeux développementaux non complétés que je répète et que je ne connais pas. L'observation du transfert et contre transfert me permettra de dégager un contenu implicite de ma dynamique psychique et de graduellement prendre de la distance par rapport à des affects intenses dysrégulés. L'observation de mes fragmentations me permettra également de voir à quoi je suis attachée et à mieux apercevoir mes terrains fragiles.

J'ai aussi besoin, à travers mon parcours, de me relier à ma dimension sacrée. Les différents outils (écriture, dessins, prière, rêves, marche de médecine, rituels) me permettront d'agrandir ma présence témoin face à ce que je peux porter comme histoire et être une femme de cœur engagée dans ma vie et reliée. Soigner mon rapport à ma dimension sacrée me permet, non seulement d'accueillir dans un espace plus vaste de présence à soi des enjeux psychologiques, mais aussi de savoir que je ne suis pas ces enjeux même si, parfois, l'identification est intense.

Ses diverses formes de travail m'ont confronté à leurs limites respectives. L'aspect psychologique peut être réducteur, me limiter au « pathos » comme le dirait Thomas Moore (1994) dans son livre *Le soin de l'âme*. D'autre part, la dimension sacrée m'a tout autant amenée à travers mes expériences de transcendance à m'attacher au divin, au lumineux... Comment une action combinée de ces différentes sphères peut-elle, au lieu de m'aliéner de part et d'autre, m'amener vers la réalisation? Comme Agnès Noël (2009) le mentionne dans son mémoire, ces impasses m'ont mise en recherche :

Je me trouvais dans une situation privilégiée pour profiter des forces (et pour ma part de faiblesses aussi) de ces deux disciplines, les mettre en dialogue et travailler à une inter fécondation qui me semblait porteuse d'espoir pour ces deux types de pratique d'accompagnement du changement humain et pour l'humanité en général. Je voulais considérer, dans une logique de non prédominance [...]. (Noël, 2009, p.22)

Il y a une intelligence derrière cette transdisciplinarité que je poursuis à travers cette quête de réappropriation, et qui est au cœur de ma recherche.

En effet, dans cette recherche, j'ai besoin de mieux articuler les dimensions psychologiques, relationnelles et spirituelles de mon existence. Je ne sais pas encore sous quelles formes, mais je sais que, pour trouver ce que je cherche, il va me falloir revenir sur les différents outils dont m'ont dotées mes multiples pratiques en vue de les combiner pour les mettre au service de ma quête d'unification et de renouvellement de mes pratiques relationnelles.

## **2.4 QUESTION DE RECHERCHE**

« En quoi et comment mon engagement résolu dans un processus initiatique a-t-il contribué au renouvellement de ma pratique relationnelle et professionnelle ainsi qu'au déploiement de mon pouvoir personnel dans une visée d'unification? »

## **2.5 OBJECTIFS DE RECHERCHE**

- Observer et décrire les conditions qui participent à me mettre en situation de perdre ou de retrouver un sentiment d'unification au sein de relations signifiantes.
- Retracer mon parcours initiatique par une reconnaissance des conditions et des compétences déployées sur la voie de ma quête d'unification.
- Comprendre les articulations qui relient la créativité, le travail rituel, le dialogue et la réflexivité dans ma pratique initiatique



## **PARTIE II**

### **EXPLORATION ET COMPRÉHENSION**

#### Préambule au chapitre trois

Au lecteur,

Je me suis longtemps demandé comment, à travers l'écriture, j'arriverais à transmettre la démarche dans laquelle j'ai été. Ce n'est qu'au terme de cinq années de travail acharné que le kaïros, l'inspiration, m'est arrivé et que j'ai compris dans quelle perspective je me situais. J'ai saisi que tout le processus vécu à travers la maîtrise avait été un grand rituel. J'ai alors décidé de transmettre ma démarche sous forme de récit d'initiation. En cours de lecture, vous serez en relation avec les divers outils utilisés, mon univers symbolique, certains états affectifs dysrégulés et chacun des pas réalisés, tout cela dans une perspective d'intégration à la fois sur le plan compréhensif et créatif vers un devenir de plus en plus autonome. Mon projet est de vous guider à travers l'expérientiel de mon histoire, avec les questions, les doutes, les avancées et les reculs pour que doucement se tisse la toile de ma démarche. Je vous propose d'accepter de ne pas tout comprendre, tel le peintre devant sa toile qui se demande quel sera son prochain coup de pinceau et qui se laisse guider par son univers créatif.

Le type d'écriture que j'ai choisi d'utiliser pour cette histoire exige un certain effort de la part du lecteur. J'ai créé, pour ce récit, différents personnages. À travers le processus, j'ai tenté de me libérer d'enjeux ayant leurs origines dans ma dynamique familiale première. Ces enjeux peuvent aussi se rejouer dans ma vie actuelle, dans mes relations professionnelles, amicales, sociales, amoureuses... C'est pourquoi, dans ce texte, il y a un père, une mère, une grand-mère et des alliés qui représentent la famille au niveau archétypal. Je n'ai pas essayé de faire un récit autobiographique. J'ai plutôt tenté de plonger

au cœur de ma psyché et d'habiller celle-ci de personnages qui représentent, au sens élargi, la famille que je porte dans mon monde intérieur, mais que je peux voir se rejouer dans le monde extérieur. Je peux ainsi dire que ces personnages sont aussi des parties de moi. Je n'ai pas cherché à être objective, au contraire, j'ai voulu, par l'écriture de ce récit, explorer et comprendre ma nature profonde et ce qui m'empêche d'y accéder. Pour créer ce texte, je n'ai pas hésité à transformer, créer, poétiser ce monde intérieur. Je convie donc mes généreux lecteurs, à suivre cette trame de fond, celle d'un initié qui, à travers les personnages qu'il rencontre, tente de comprendre l'histoire qu'il porte.

Les personnages de cette histoire sont fictifs, dans le sens où ils passent par le filtre de ma subjectivité et de ma création. J'ai tenté par l'écriture de ce texte de comprendre qui est ce père que je porte, et de même pour la mère...Par conséquent, j'ai utilisé plusieurs personnes de ma vie intérieure et extérieure pour créer chacun des personnages. Le Père n'est pas nécessairement mon père au sens propre, mais le père que je peux rencontrer à travers toutes les figures masculines de ma vie et il en va de même pour la Mère et les Alliés(es) qui représentent la famille.

La Grand-mère, dans ce texte, fait figure de femme d'expérience qui, ponctuellement, aide l'Initiée à intégrer son expérience vécue avec le Père, la Mère, Les sœurs, Les frères... Elle a les deux pieds bien ancrés sur terre et apporte un soutien et une vision Cette guidance, la Mère et le Père peuvent parfois aussi l'apporter, mais ils sont davantage au cœur du nœud affectif. La Grand-mère est à la périphérie de ce qui se rejoue, à la fois proche, mais ayant aussi suffisamment de distance pour aider l'Initiée à avoir un regard plus détaché. Les Alliées sont comme des frères et des sœurs en quête de libération. Ils partagent leurs expériences et contribuent mutuellement à un devenir par une parole et un soutien authentique. J'ai numéroté les Alliés (es) tout simplement pour que vous sachiez qu'ils sont plusieurs, mais il serait inutile de chercher à les reconnaître. L'Initiée représente celle qui, en moi poursuit cette quête d'unification, qui vit les épreuves, cherche, expérimente, crée, chemine et utilise tous les outils qu'elle a à sa disposition pour traverser ce rituel.



Deux autres personnages principaux s'ajoutent à cette fresque rituelle ; le Témoin et la Passeure. Le Témoin est cette instance du moi qui voit, décrit ce qu'il voit et pose les questions pour aider à voir. La Passeure quant à elle, est une instance avec une vision plus élargie. Elle reconnaît, à travers les différentes situations de vie, le théâtre qui se rejoue. Chez les Amérindiens on parle de la vision de l'aigle, celle qui sait, qui voit, qui garde le cap sur l'intention du rituel pour amener l'initiée à bon port. Elle guide avec des phrases clefs, et parfois secoue l'initiée pour l'aider à prendre de la distance face à ce qu'elle vit. Sa parole est juste, parfois dure, mais va droit au cœur. Elle pourfend l'initiée comme la foudre. Des auteurs s'ajoutent à ce système concentrique. Ils interviennent pour apporter de la connaissance au fil du vécu.

Dans les différentes scènes de ce rituel, le Père prendra le visage de l'amoureux, de l'ex-amoureux, du supérieur, du superviseur, du professeur... J'ai utilisé tous ces personnages pour les condenser en un seul : Le Père archétypal. La Mère aussi peut incarner une enseignante, superviseuse, supérieure, mère... pour former la Mère archétypale. Il peut arriver dans le récit que j'utilise un p minuscule pour nommer le père ou m minuscule pour la mère, le père et la mère seront alors des personnages de ma vie, dans des situations données et ne représente pas l'archétype. Il n'est cependant pas nécessaire pour la compréhension du lecteur d'essayer de comprendre de quel père ou mère il s'agit. Dans le tableau suivant, j'ai illustré l'organisation de la structure de ces différents personnages pour faciliter la compréhension de cette forme concentrique :

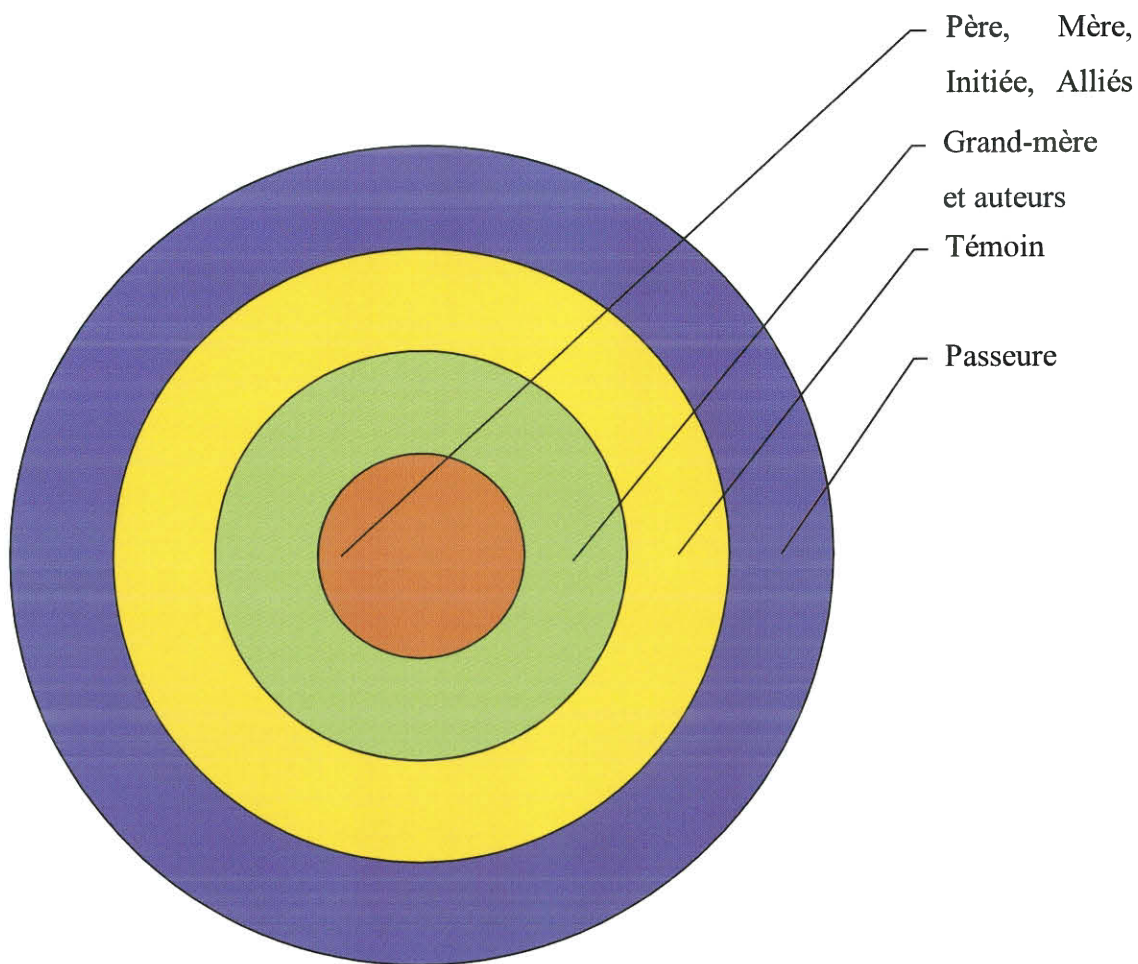


Figure 3 : Organisation structurelle des différents personnages du récit

Je vous invite à lire cette histoire comme si vous étiez l'Initiée. Plongez au cœur de la psyché, de son emprise et cherchez avec moi les voies de passage vers l'individuation, vers le sujet libre de ses attachements. Mon souhait est que cet acte de création inspire vers une plus grande maturité.

### CHAPITRE 3

#### RÉCIT D'INITIATION : LA TRAVERSÉE D'UN AMOUR IMPOSSIBLE

##### 3.1 SCENE 1 : L'INTENTION DE DEPART

**Mise en situation :** *L'Initiée est en présence d'un Père et d'une nouvelle famille appelée le groupe des Alliés dont elle fait partie pour l'écriture de ce récit d'initiation. Elle fait aussi partie d'un autre groupe famille où elle était proche d'une mère. Elle devra graduellement diminuer sa présence auprès de cette famille pour pouvoir s'investir dans ce nouveau groupe.*

L'INITIÉE (*à elle-même*). Je porte un enjeu partout où je suis. Je reviens vers le Père, est-ce que la Mère est trahie? Je prie. Je vous supplie, permettez-moi d'être qui je suis, d'émerger de ce conflit. Je veux être le centre de moi-même et aller de l'avant. Je me choisis.

PÈRE. Pour moi, tout pourrait s'arrêter là. Je pourrais mourir à ce moment-ci.

L'INITIÉE (*à elle-même*). Quoi? Je pourrais te perdre! (*Prise d'une intense émotion, elle pleure à l'intérieur.*)

PASSEURE. Je te vois dans l'attachement à une partie de ton histoire, prise entre un père et une mère. Une division se pointe à l'horizon. Témoin de l'enjeu, la direction de cette initiation est lancée, c'est ce que tu fais ici.

TÉMOIN. Je suis émerveillée par la beauté de ceci, par l'ouverture de ce théâtre rituel en une si petite situation.

PASSEURE (*citant Joseph Campbell, 1978, p 132*). « Nous restons fixés aux images non exorcisées de notre petite enfance et peu disposés de ce fait à franchir les seuils indispensables pour parvenir à l'âge adulte. »

### 3.2 SCENE 2 : LE REVE DE DEPART

**Mise en situation :** *L'Initiée a fait un rêve qu'elle partage avec son groupe d'Alliés. Chacun partage avec l'Initiée ce que ce rêve évoque pour lui.*

L'INITIÉE. : Je vois Lana (symbole d'une femme sauvage qui sait) qui longe une rivière épuisée. Elle a été faire une expédition en forêt. Elle est nue pieds nus et couverte de boue. Je vais la chercher. Elle me dit qu'elle a vu quelque chose pour moi. Elle est s'est enfoncée dans les profondeurs de la forêt. Je la ramène à la maison. Plusieurs personnes sont là, il y a des enfants dont deux jeunes filles. Lana me donne un dessin. Elle a vu, en forêt, que j'avais été abusé par mon père, par derrière, le 11 août 1970. Je calcule, j'avais 7 ans. Il m'a levée dans la nuit. Il est venu me chercher autour de minuit. Lana a fait un dessin, où plusieurs mots sont écrits. C'est un peu le tumulte autour. Je suis dérangée par cette déclaration. C'est ma fête, mon oncle et ma tante arrivent. Je leur présente Lana. Mon oncle est déguisé habillé comme à l'en époque de Louis XIV et veut prendre Lana par derrière pour s'amuser. J'ai peur, mais c'est correct, c'est pour danser. Ils descendent, je reste en haut à faire du ménage. Je n'ai pas l'esprit à la fête.

PASSEURE. Ce qui a besoin d'attention dans ta vie est là.

ALLIÉ 1. Par ce rêve, je réalise que je suis frustré. J'ai reçu une information importante. Le superflu prend trop de place et je me coupe de l'essentiel.

ALLIÉ 2. Je me sens en état de choc, et je me protège contre cet état. Je minimise ce que ça pourrait me faire. Il y a quelque chose d'enfoui qui veut prendre place. Rien ne sert de vouloir tout contrôler.

ALLIÉ 3. Quel est le message laissé dans le dessin? Je voudrais revenir au dessin. Il y a quelque chose qui va bousculer ma vie.

ALLIÉE 6. Une partie de moi me révèle des choses et ma première réaction est d'installer le doute, mais je suis certaine que c'est vrai. Une partie de moi sait et l'autre passe son temps à créer de la distance.

ALLIÉE 5. Je me réveille et je me dis : « Ah oui, c'est ma fête et je n'ai pas l'esprit à la fête ». Je suis sur le bord de quelque chose de non advenu. Je suis sur le point d'accueillir la partie la plus vaillante de moi-même, la plus courageuse, celle qui n'a pas peur de l'épreuve. Le Moi social se tient loin. C'est grâce à elle que je deviens vivante. Je me réveille heureuse parce que j'ai la capacité d'aller la chercher.

PASSEURE. Quand il est partagé, le rêve individuel devient le messager des dieux adressé à la communauté!

### 3.3 SCENE 3 : LE DILEMME

PASSEURE. Je te sens bloquée, incapable de bouger. Je prie pour que tu voies ce que tu as à rencontrer.

L'INITIÉE (*rêve*). Je suis dans ce qui ressemble à une auberge avec des Japonais ou des Asiatiques. Nous avons une course de prévue. C'est moi contre la famille de quatre (deux parents et deux enfants). J'installe un boyau d'arrosage, de type pompier, pour envoyer de l'eau contre mes concurrents lors de leurs départs. Ils en feront autant contre moi. Je réalise qu'ils sont une famille. Je ne voudrais pas qu'il leur arrive quelque chose et que la famille soit brisée. En même temps, je ne veux pas mourir et leur laisser la place. Je ne veux pas tuer le père et je ne veux pas me sacrifier, ni sacrifier ma réussite pour leur laisser la place. Je suis dans un dilemme. Je me retrouve dans la rue. Il y a des filles avec qui j'ai étudié. Elles me demandent si j'ai eu des enfants. Je leur réponds que non, sans déception. Elles me disent qu'elles sentent beaucoup ma liberté, ma folie et ma joie, beaucoup plus qu'à

l'époque. Je reconnais que j'ai utilisé le chemin pour me libérer, et en même temps j'ai un peu le sentiment de « joker », de ne pas m'avouer toute la vérité. Je suis fière d'être un clown, mais le clown ne s'avoue pas tout. On se retrouve sur l'eau à faire les canards. J'ai des rubans cadeau sur la tête pour faire la comique, mais je ne me sens pas l'esprit à la fête et, je traîne de la patte.

ALLIÉE 4. Je ne veux pas détruire une famille. Je suis dans un enjeu de mort face au père et la famille. Si je réussis, ils meurent.

ALLIÉE 7. Malgré tout le chemin que je fais, j'ai le sentiment de me jouer la comédie.

PASSEURE. L'initiation est le début d'un processus de transformation. Sache qu'en tenant tes expériences personnelles près de toi, tout ce qui a été invoqué continuera à faire son chemin longtemps après le rituel.

### 3.4 SCENE 4 : LE VORTEX AMOUREUX

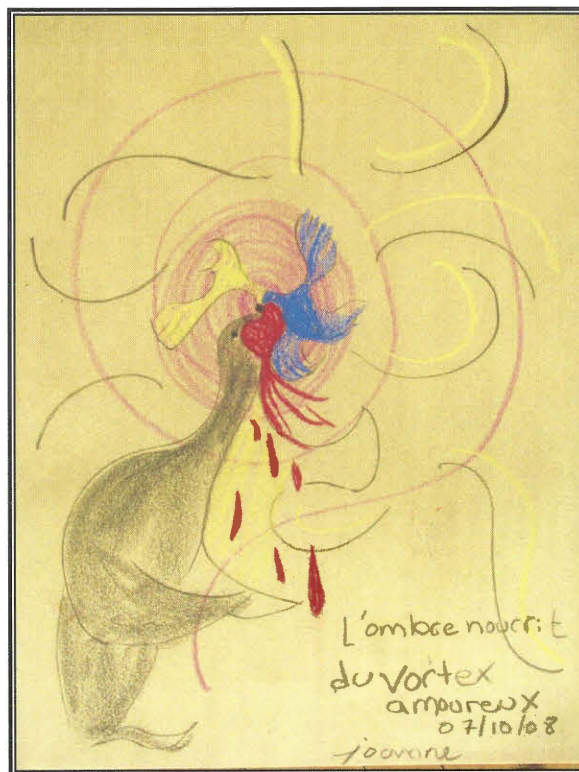
Mise en situation : *L'Initiée est chez elle, découragée de la situation sans issue qu'elle vit dans sa relation amoureuse. Cette relation tumultueuse dure depuis 6 ans, relation où plusieurs ruptures se sont succédé.*

L'INITIÉE (*écrit en livrant ses états d'âme à un mélèze*).

Je ne sais plus quoi faire de ma relation amoureuse, on revient toujours au même point. Je pleure. Mon Dieu faites que je voie clair, que je voie l'origine, que je descende dans mes racines profondes et que je contacte ce qui m'empêche d'avancer. Je n'en peux plus de toujours revivre la même chose. Mon cœur est plein de larmes. Depuis que j'ai repris cette relation, je m'enfonce. Est-ce parce que j'ai un apprentissage à faire, ou est-ce parce que je dois changer de chemin? La vie semble m'indiquer de changer de chemin. Pourquoi? Tu me reviens mon arbre avec cette histoire d'avoir un enfant. Pourquoi ai-je si peur de ce chemin?

PASSEURE. Laisse aller ce qui t'habite par les mouvements et la couleur.

L'INITIÉE (*dessine*).



Dessin 2 : L'ombre nourrit du vortex amoureux

TÉMOIN. Au départ, tu as commencé par tracer la ligne rose. Tu suis un chemin et tu te poses des questions. Au centre de ces questions, le nouveau apparaît. Un point noir se développe. Au milieu de son mouvement, des oiseaux apparaissent. L'oiseau bleu violent dit : « Ôte-toi de là » et frappe de ses ailes. L'oiseau jaune, dans l'impuissance, répond : « Ah non! Je ne veux pas ça ». Le noir répond : « Ça va s'arrêter ici ». En réalité, il bouffe le cœur et devient de plus en plus gros.

PASSEURE. C'est le mythe amoureux.

TÉMOIN. Je vois que l'Initiée ne comprend pas tout, mais se laisse imprégner. Elle récolte les indices et les symboles pour trouver sa voie.

PASSEURE. Le temps sacré est dans l'inutile.

### 3.5 SCENE 5 : LE MIROIR (24-10-2008)

Mise en situation : *L'Initiée est avec un groupe d'Alliés et ses parents pour son projet d'écriture.*

L'INITIÉE. Je vois un père à l'œuvre. Je vois l'ouverture de cœur qu'il crée dans la famille et je m'entends dire intérieurement : « C'est ça! Tu vas venir nous chercher le cœur et après tu vas nous crisser là ». Je pars à la fin de cette rencontre avec un fond d'inacceptation, d'incompréhension et de colère.

TÉMOIN. Est-ce que tu vois le miroir proposé, celui de ton père et ce que tu reproduis dans ta relation amoureuse? Je vois ta croyance qu'être aimée, c'est aussi être abandonnée. Je te prends puis je te jette, au besoin.

L'INITIÉE. C'est vrai. Je me souviens. Dans l'impossibilité de cet amour du père, je me suis sentie projetée dans un abîme et j'ai pensé : « Abandonne-moi. Je n'y arriverai jamais ». Je veux mais je ne peux pas. Il y a là un conflit dont je ne comprends pas toute l'ampleur.

PÈRE. De quelle manière est-ce que tu reproduis la blessure?

L'INITIÉE (*Elle répond impatiemment sans vraiment intégrer la portée de ses propres paroles*). Comment je m'y prends pour répéter la blessure? Je vois plusieurs choses : croire que je suis la seule responsable et ne pas redonner à César ce qui lui appartient, être éparpillée dans plusieurs choses à différents endroits, essayer de tout garder et ne pas faire de deuil, focaliser sur ce que je veux et manquer d'espace pour l'autre, me maintenir dans un circuit où je m'organise seule...

PASSEURE. Prête bien attention à ceci.

ALLIÉ 2. Je me sens aussi dans un cycle répétitif, et en plus je me vois faire et je me dis : « Ça y est, je recommence. On dirait que je prends plaisir à répéter ».



L'INITIÉE. Je n'y crois pas. Je vois donc le mensonge à soi-même comme faisant partie du « pattern ». Est-ce que je me mens? Est-ce que je vois, et je ne veux pas m'avouer la réalité? Est-ce que l'espoir entretenu me maintient dans le modèle? C'est bien possible.

PASSEURE. Quel intérêt as-tu à ne pas valider celle qui est vivante?

L'INITIÉE. Pourquoi suis-je tant attachée à la répétition des gestes du passé? Je crois que je veux éviter la blessure.

L'INITIÉE (*lit un passage écrit à la page du 28 octobre dans le livre La petite voix de Eilece Caddy*).

Romps les liens qui t'ont gardé confiné dans le passé. Éleve-toi au-dessus de toutes les peurs qui t'ont empêché de t'épanouir et t'ont gardé les yeux bandés de sorte que tu as été incapable de voir clairement la glorieuse vision qui est devant toi.

L'INITIÉE. Je ne sais pas comment faire, mais je le souhaite du plus profond de mon cœur.

PASSEURE. À cette étape-ci du rituel, fais le choix entre la vie et la survie. Tu es la seule à pouvoir le faire. Sur quoi tu t'appuis quand tout tremble? Où dois-tu mettre ton attention pour ne pas empêcher ta vie d'être en vie? Et fais attention, il y a une pathologie issue de l'imaginaire collectif occidental : si je ne réussis pas seule, je n'ai pas réussi.

L'INITIÉE. J'avoue avoir le sentiment de « brasser de la marde ». Je déteste ce sentiment.

PASSEURE. (*Se souvient d'un extrait de Saint-Exupéry*). « Est-ce que je peux m'aimer suffisamment pour être touché, être vu, être à la fois noble et bas. »

L'INITIÉE. Je vais y travailler.

### 3.6 SCENE 6 : QUI EST « CELLE QUI NE PEUT PAS »?

Mise en situation : *L'Initiée va auprès d'une Grand-mère afin de comprendre dans quelle répétition elle est coincée.*

L'INITIÉE. Grand-mère, je vis des émotions étranges. Je me sens bloquée, prise dans des répétitions. Parfois, j'ai le sentiment d'avoir été une sorcière dans une autre vie, brûlée sur un bûcher. On dirait que je suis prise dans quelque chose de plus grand que moi, de beaucoup plus ancien.

GRAND-MÈRE. L'autre jour, j'ai trouvé un papier sur lequel était écrit un conte et j'ai le goût de t'en faire part :

Qui est « Celle qui ne peut pas »? Ouf! Il y a tellement de souffrance là-dedans que j'hésite à vous le dire. « Celle qui ne peut pas » est recroquevillée. Je ne sais pas si elle est nue ou habillée d'un vêtement couleur peau. Elle a le pouvoir de la dissimulation et elle pratique les arts divinatoires. Derrière la souffrance, il y a celle qui établit des plans. C'est une sorcière maléfique accrochée à la vengeance. Elle veut tout tuer, tout saccager. Elle est d'une violence extrême.

Au bout de l'épuisement, elle pleure d'avoir été abandonnée, mais c'est elle qui a tout brûlé ce qu'il y avait de vivant sur Terre. Elle est prise dans le cycle de l'innocence, de croire en l'autre, mais à chaque fois de recevoir un poignard en plein cœur, miroir de sa propre blessure, de son désarroi et de sa vengeance. Sa vengeance est ce qu'elle revit, ce cycle à l'infini s'assassinant à chaque fois qu'elle est sur le point d'émerger avec son : « Je ne peux pas ».

Pourquoi ne peut-elle pas? Elle croit que si elle fait ce pas vers le pouvoir elle mourra. Hors, elle reste dans son mutisme, jusqu'au jour où son feu se rallumera, qu'elle essaiera jusqu'à revivre cette douleur du coup de poignard en plein cœur qui, à chaque fois, la replonge dans son cycle. La sorcière, en l'assassinant, lui envoie ce message : tu ne peux pas vivre, tu ne peux pas être heureuse, tu n'as pas le droit à la vie. Je vais te tuer et te re-tuer sans fin.

Jusqu'au jour où, « celle qui ne peut pas », reçoit une lettre d'une autre sorcière vivant le même désarroi qu'elle. Cette sorcière se donne pour mission de l'aider à sortir de là et, en même temps, la menace : « Si tu ne me suis pas dit-elle, tu resteras dans ce cycle infernal jusqu'à la fin de tes jours ».

Que lui propose-t-elle en fait? Elle lui dit : « Tu n'as pas les ressources nécessaires ». Elle seule peut faire quelque chose. La sorcière Osmena a besoin de se sentir investie d'une mission. Elle y mettra toute son âme, quitte à utiliser toute la magie noire qu'elle connaît. Mais, « Je ne peux pas » voyant tout ce jeu, décide de lui répondre par une histoire puisque « Je ne peux pas », peut quelque chose. Elle a le pouvoir de l'histoire qui guérit.

Ainsi, Osmena et « Celle qui ne peux pas » voient le lien qui les unissait et lâchent leurs armes. Maintenant, elles sont jardinières. La vie a repris son cours et les enfants peuvent jouer. Elles sont là pour assurer la sécurité et la joie sur terre, et laissent des histoires à traîner pour ceux qui ont besoin de les entendre.

(Joanne Bédard, 2007, journal intime)

L'INITIÉE. Je reconnais des choses de moi là-dedans. Je ne peux pas dire que je comprends tout, mais je suis profondément touchée.

PASSEURE. Tout être dans son parcours cherche la totalité.

### 3.7 SCENE 7 : PREMIER PAS A ETRE REÇU AU FEMININ

**Mise en situation :** *Quelques temps plus tard, l'Initiée retourne voir une Grand-mère. Elle est désespérée et souhaite lui confier ce qu'elle vit.*

PASSEURE. Je t'ai vue avec ta mère éprouver tant de peur, de désespoir et de panique. Je t'ai vue dans ton mutisme et ton incapacité à aller vers elle. Aujourd'hui, tu inaugures une nouvelle ère, celle où tu peux aller vers le féminin.

GRAND-MÈRE. Je ne suis pas ta mère, je ne porte pas la même peine qu'elle du fait de la mort de sa fille et de la trahison de son mari qui a fait que tu n'as pu aller vers elle. Tu n'as pu lui confier tes peines. Ici, c'est différent. Tu peux le faire.

*L'Initiée pleure dans les bras de sa Grand-mère puis, intimidée, n'ayant pas l'habitude d'être reçue, elle coupe le contact.*

GRAND-MÈRE. Tu n'es pas obligée de rester en contact avec moi. Reste en contact avec ton corps et avec ta respiration.

L'INITIÉE *(Comme de grandes vagues, la peine déferle et laisse place à un contact intime dans le silence. l'Initiée et la Grand-mère se regardent. Un lien se tisse).*

GRAND-MÈRE. Tu as bougé. Tu as pu t'approcher, t'abandonner dans le lien.

L'INITIÉE. C'est vrai.

PASSEURE. Bravo! Je suis fière de toi.

### 3.8 SCENE 8 : RUPTURE AMOUREUSE VECUE DANS LE SILENCE

**Mise en situation :** *L'Initiée est chez une Mère. Elle vient de rompre avec son amoureux.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Il me vient deux images : celle du prisonnier dans un camp de concentration qui, malgré ses geôliers, trouve un endroit pour conserver son lien avec lui-même. Je prie pour que, quelles que soient les conditions extérieures, je conserve toujours ce lien avec moi-même. Quelle est la seconde image? J'ai fait le choix d'une première à écrire et la seconde s'est évanouie.

PASSEURE. N'est-ce pas le principe du choix? Regarde où tu mets ton énergie et vers où tu diriges ton attention.

L'INITIÉE. Il me semble que l'autre image était meilleure. J'ai voulu écrire celle du geôlier en premier pour me garder la meilleure pour la fin.

PASSEURE. Il me semble que lorsque l'on fait ce type de choix, on prend un gros risque, celui de perdre le meilleur.

L'INITIÉE (*poursuit l'écriture de son journal*).

Chéri, je pense beaucoup à toi ce matin. Je pleure à l'intérieur. Je te vois chez toi à boire ton café, à faire ta méditation matinale. Il y a tant de choses que j'aime chez toi. Ou je fixe mon attention, sur ce que j'aime ou sur ce qui me manque? J'aurais tant aimé construire quelque chose avec toi et il y a tous ces non, oui-non. Je comprends tes blessures d'envahissement. Souvent, tes réactions me blessent. J'aimerais construire avec l'homme que j'aime. (...) Je suis tellement fatiguée et j'ai tellement de peine. Je t'aime profondément, et je souhaite que tu trouves une issue à ton désarroi. Moi, je vois le vide, il n'y a rien devant moi qu'une peine inouïe qui s'évanouit rien qu'à la toucher, car trop difficile à contacter. J'aimerais tellement que cela fonctionne entre nous. Ma mère est assise à mes côtés, elle se déplace, et

j'ai peur qu'elle me questionne sur les larmes qui coulent sur mes joues. Amour secret, peine secrète.

GRAND-MÈRE (*glisse à l'oreille de l'Initiée*). Face à la mère, tu ne peux montrer ni ta peine, ni montrer ton amour. C'est l'enregistrement que tu as reçu. Avec ton père tu ne pouvais vivre l'amour parce que le lien était érotisé. Tu avais davantage le rôle de l'amante à ses côtés. Ce lien devait rester secret.

L'INITIÉE. Je n'en peux plus de ces amours qui ne peuvent se vivre. J'ai besoin de me donner le droit de croire que ça se peut. Je crois que j'ai voulu sauver mon amoureux. Je prie pour laisser aux gens la responsabilité de se sauver eux-mêmes. J'ai voulu me sauver à travers l'amoureux pour ne pas me retrouver seule. Je voulais quelqu'un pour faire le chemin avec moi. Je prie pour accepter la solitude du chemin. Je n'ai pas à sauver qui que ce soit. Moi-même, je ne suis pas à sauver. Je suis à être. Je prie pour mettre en lumière celle qui veut être sauvée, la fondre comme une gelée matinale sous le soleil et le vent. Je prie aussi pour conserver ce lien au divin, et cela, avec qui que je sois. J'en suis la gardienne. C'est ma responsabilité.

### 3.9 SCENE 9 : RETOUR VERS LA FAMILLE APRES MA RUPTURE AMOUREUSE

L'INITIÉE (*se dit intérieurement en arrivant dans la famille*). Je pleure, j'ai tant de peine. Je ne sais pas ce qui m'arrive. On dirait qu'en arrivant dans la famille mon désarroi a quintuplé.

PASSEURE. La fragmentation c'est se retrouver dans un fragment de soi-même en perdant le contact avec notre globalité et c'est parce que tu es dans un morceau de toi-même que tu es en détresse d'où le besoin d'unification.

L'INITIÉE (*se dit*). C'est bien ce que je vis : je suis fragmentée, je me tais et je contiens mon expérience. Je profite de la méditation du groupe pour me recentrer. Je ressens à la fois ma vulnérabilité et un sentiment de paix.

TÉMOIN. Je t'ai vu qui arrive dans la famille. Il s'est passé quelque chose avec le Père (dans ce cas-ci l'amoureux symbolique), et tu voudrais qu'on voit ta détresse. Pourtant, tu crois que c'est évident et que tous savent ce que tu vis, même si tu ne dis rien. Je réalise comment arriver dans la famille avec un secret peut être pénible pour toi. Je vois ce mouvement comme faisant partie du fil que tu tisses. Tu as quelque chose à apporter à la famille.

PASSEURE. Te souviens-tu du rêve que tu as fait la nuit dernière?

L'INITIÉE. Oui. Il y a un bébé. Je le vois émerger d'un voile. Il arrive au niveau de mon cœur et me dit qu'il a peur de mourir. Je fais aussi une association avec un vécu nocturne qu'il m'arrive souvent de vivre ces temps-ci; je me réveille en sursaut avec le mouvement de vomir, j'ai quelque chose au niveau du cœur à vomir. La nuit dernière, je me suis aussi rapidement rendue à la toilette croyant que j'allais être malade, mais non. C'est un genre de rêve qui est aussi très physique. Bébé, cœur, vomir, peur de mourir, famille sont des mots que je retiens et qui semblent faire partie de ma quête. Je ne sais pas si c'est aussi lié, mais j'ai très peur de déménager, peur du mouvement, peur d'aller vers. Je fragmente lorsque j'arrive vers la famille (groupe). Est-ce relié?

PASSEURE. Dans l'initiation on vit le danger de mort, tu es mieux d'attacher ta tuque!

MÈRE. Tu ne transformeras pas ta pratique si tu ne transformes pas en toi ta zone de barbarie.

L'INITIÉE. C'est en grosse partie l'intention qui fait le travail et ça c'est sûr que je l'ai.

MÈRE. Retiens aussi que tu as besoin de savoir ce qui est solide pour rencontrer ta vulnérabilité. Lorsque tu peux te souvenir du côté solide, tout à coup tu t'engouffres dans ce qui tremble en te souvenant du reste de toi. Quelque chose nous appelle collectivement à sortir de la dualité : quand tu rencontres la solidité sache que tu es aussi vulnérable et vice versa, jusqu'au temps où tu auras la grâce de sentir les deux en même temps. C'est une discipline cognitive.

PÈRE. Sache aussi qu'il y a des crises pathologiques et des crises de croissances. À ne pas confondre. Les symptômes sont les mêmes, le type de fragilité et le goût sont similaires, ce qui fait que tu peux penser que tu es en régression, mais en réalité tu es en progression et si tu n'en prends pas conscience, tu risques de devenir régressif. Si, en avançant, tu touches de plus en plus à ta blessure fondamentale, tu peux croire que tu régresses mais, en réalité, si tu t'en rends compte, tu as l'opportunité de transformer quelque chose de fondamental aussi et de transcender ta blessure.

MÈRE. Je veux ajouter une dernière chose : Pour que la capacité d'apprentissage soit à son maximum, il faut qu'il y ait un équilibre entre le confort et la résistance. Trop d'inconfort ou de confort ne favorisent pas l'apprentissage. Qui dit apprentissage dit changement, de nouvelles informations entrent dans la structure d'accueil. Parfois, elle vient du dehors et parfois, elle vient du dedans. Toute nouvelle information qui entre dans la structure crée une désorganisation et nécessite une réorganisation.

L'INITIÉE. Quand une opportunité se présente, je reste, je goûte, je me donne le droit. Je suis sur le chemin de l'autorisation, du manque à la complétude.

ALLIÉE 6 (*cite Simone de Beauvoir*). On ne naît pas femme : On le devient. (de Beauvoir, *Le deuxième sexe 1*, p.285)

ALLIÉE 7 (*fait référence à Maslow qui dit quelque chose comme*). Le double crime parfait est d'être rejeté de lui-même et des siens.

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*). Je vois une résistance dans mon corps à me mettre en mouvement, un corps qui ne veut plus bouger et qui veut mourir.

TÉMOIN. J'entends à travers ta résistance : « Tu peux mourir et rester vivante. Tu n'as pas à te couper du lien d'amour pour mourir. Ça fait des passages beaucoup plus faciles. Tu peux vivre et mourir, mourir et vivre. Dans le lien amoureux tu ne meurs jamais. »

PASSEURE. La mort est aussi une guérison.

### 3.10 SCENE 10 : TEMPS DE REVE CHEZ LES AMERINDIENS

**Mise en situation :** *L'Initiée va vivre l'expérience d'une hutte de sudation (rituel amérindien) avec la famille d'une de ses Mères.*

TÉMOIN. Je vois une Alliée sortir de la hutte de sudation. Elle a réussi à s'abandonner complètement.

L'INITIÉE. Je prie pour savoir en faire autant que mon Alliée. Je fais ce rituel pour toutes mes relations.

L'INITIÉE (*quelques temps plus tard, elle écrit son expérience*).

Je me souviens. Je suis dans les Laurentides pour une formation sur les rites de Terre. Nous faisons une hutte de sudation, elle est très chaude, tellement chaude qu'il n'y a plus de mots quand arrive mon tour pour prendre la parole. Je pleure, je pleure la perte du père. Je pleure de tout mon corps. La hutte est tellement chaude que lorsque j'inspire je passe proche de m'étouffer. Je crois que je vais mourir. Je frappe sur le sol pour demander de l'aide à la Terre Mère. Soudain, j'ai le sentiment que mon corps glisse comme dans le col d'un utérus. Je suis éjectée hors du vagin. Je suis née!! Je peux respirer à nouveau. Je suis très surprise de ce passage. Je suis couchée au sol au bout de mes capacités physiques, abandonnée à la Terre Mère et, en même temps, très reposée et bien.

PASSEURE. Un rite de passage ouvre, dans le champ énergétique, ta direction pour ta vie. Souviens-toi bien de cette expérience. Elle est importante. Ça prend tous les efforts et l'abandon des efforts.

### 3.11 SCENE 11 : RENAITRE DE SES CENDRES

**Mise en contexte :** *L'Initiée est dans sa famille de recherche pour son projet d'écriture et ils font ensemble une méditation et un mandala pour les guider dans leurs chemins respectifs, les aider à cerner chacun leurs projets. Pour le dessin du mandala, ils doivent*



*d'abord se poser une question, puis laisser aller intuitivement à l'intérieur d'un cercle un dessin qui fera office de réponse à cette question.*

L'INITIÉE. Je vois mon amour pour un père, je suis touchée et bouleversée parce qu'il a laissé entendre qu'il ne serait peut-être plus des nôtres. Je me sens un peu idiote. J'ai honte de l'aimer face à mes Alliés (es). Ça ne se dit pas. Je vois aussi de l'espoir. Je t'espère. J'espère être deviné.

ALLIÉ 12. Pour moi, c'est une menace d'être vu comme aimant de l'autre; j'aime en secret.

L'INITIÉE. À quoi touche cet amour? Une grande tristesse, celle d'un océan. Celle d'un amour perdu, d'une union tant recherchée? Isis à la quête d'Osiris? Le lien au divin, l'union avec le bien aimé de l'âme...Ce que je sais, c'est qu'en ce lieu, je pleure. Tout ce que je rencontre ce sont mes larmes. Ça aussi ça me dépasse.

PÈRE. Avant de faire votre dessin, écrivez votre question, puis faites votre mandala.

L'INITIÉE (*écrit*). Comment je peux me permettre d'aimer, d'être ouverte... (*Elle dessine*).



Dessin 3 : Voie de passage

TÉMOIN. J'ai vu que tu as écrit ta question en blanc sur fond beige très peu lisible. Je ris, peut-être pour essayer de te deviner toi-même!

L'INITIÉE. Au tout début, j'ai fait des formes arrondies et douces dans les teintes de pastel qui ressemblent à un couple d'oiseau. S'ajoute à ce couple un petit, et là, un combat se dessine. Le petit dit non, va dans tous les sens. Un oiseau fou et coloré se dessine au bas du cercle, je sens la mort, une cage thoracique, du sang. Puis viennent de grands traits, dans lesquels j'entends des voix qui disent : tu ne t'en sortiras jamais, tu es condamnée, condamnable, en prison jusqu'à la fin de tes jours. Tu vas y crever. Que faire devant ceci? Le travail n'est pas fini. Ça ne s'arrête pas ici. Je persévère. Je continue. Tiens, il me vient une idée folle. Je recouvre le tout de noir. Un instant, il y avait la consigne du cercle, du projet, de la question. Je décide de faire confiance à mon intuition. Au diable la consigne. Ah! Ma question apparaît dans le noir, c'est génial! D'autres couleurs ressortent aussi. Je travaille avec les couleurs qui émergent. Il se crée différents effets. C'est très intéressant ce qui se passe.

TÉMOIN. Je vois que tu ressens beaucoup de mystère. Le dessin te captive. Tu resterais à le regarder pendant des heures. L'œuvre est terminée, mais pas ta contemplation.

L'INITIÉE (*après avoir fini son dessin*). Je ressens une grande excitation. Je suis au bord de l'extase. Dans mon corps, la lumière brille au premier et deuxième chakra. Je vis une illumination des chakras de la base. C'est la première fois que je vis cela. Je l'ai déjà vécu au niveau du cœur, mais jamais là. Je suis témoin de cette lumière. Je me sens transformée par cette expérience. Je me sens dans mon pouvoir, dans la présence avec une grande acuité. Ma voix est claire. J'ose être.

L'INITIÉE (*commente le dessin d'une Alliée*). J'y vois un cœur isolé, le bleu autour est froid. J'aurais besoin que le rose plus haut soit relié. Au bas, des formes ressemblent à des grappes de raisins proches du cœur.

PÈRE. Quelle est cette nourriture proche dans ta vie?

L'INITIÉE. C'est ici, c'est ce que je vis avec vous. (*L'Initiée se dit intérieurement*) Mon désir serait de venir vivre proche de la famille, c'est ça la nourriture dont j'ai besoin.

ALLIÉE 8. Moi ce que j'aimerais, c'est être libre de mon rapport à ma mère.

PÈRE. Tu sais comment faire?

L'INITIÉE (*se dit intérieurement*). Je sais aussi comment faire pour être libre du père, être dans mon pouvoir, c'est ce que je ressens actuellement.

PÈRE (*à l'Alliée 8*). Tu te construis à partir de ce lieu : la blessure avec la mère. Ça te met dans ton cœur. C'est quand tu es dans ta blessure que tu rejaillis.

L'INITIÉE (*se dit*). C'est bien ce que j'ai vécu à travers l'expérience de ce dessin. J'ai rencontré le lieu où je m'assassine, m'enferme et là, j'ai rejailli. Je me sens complètement dans mon pouvoir.

PASSEURE. Pour vivre il faut tout risquer, pas seulement en vacances!

*Le lendemain matin, c'est le moment d'analyser le dessin de l'Initiée.*

L'INITIÉE (*écoute son discours intérieur*). J'ai eu le temps de voir l'ombre de la saboteuse passer. Elle est venue me dire : « Tout à coup que les gens te rejettent à cause de ton dessin, il est sombre, il est laid, ils vont voir ce qui est laid et vont te rejeter. Ton père ne t'aimera pas... » Heureusement, j'ai pris des notes dans mon cahier, je retourne les lire, me souviens de mon état après le dessin et choisis de m'appuyer sur mon expérience plutôt que sur cette voix. (Je rejaillis) J'ai une petite hésitation à montrer mon dessin. Je me lance.

MÈRE. Que signifie le noir pour toi?

L'INITIÉE. *Black out*, peur, panique, danger, isolement. Je ne veux pas y aller. Enfermement.

ALLIÉ 13. Ça ressemble à un coq rouge qui est dans son ombre. Le rouge me fait penser à un pouvoir vampirique malsain.

L'INITIÉE. Ça me fait un peu peur. Je n'aime pas penser que je puisse avoir un côté vampirique malsain mais, honnêtement, je crois que j'en ai un. J'ai à faire la paix avec ceci. Ombre, ombre, si je ne t'accueille, c'est toi qui me charries!

PÈRE. Tu as besoin de trouver un chemin pour exprimer ton énergie sinon tu rencontreras la maladie.

ALLIÉE 7. Moi ça me fait penser à un symbole héraldique, un phénix qui renaît de ses cendres, au secret des initiés.

L'INITIÉE. Le côté brûlé, cendre, renaître de ses cendres me parle. Ça me met en lien avec mon côté sorcière qui renaît de ses cendres. J'ai l'impression de venir de ce monde. Tiens, quand je parlais de reliance avec le cœur, c'est peut-être un autre aspect de moi : la sorcière, qui aspire à être davantage reliée.



ALLIÉE 9. Pourquoi relie-tu le phénix à ce que tu appelles ton côté sorcière? Il me semble que le phénix est un symbole positif, pas celui de la sorcière.

L'INITIÉE. Pas pour moi. Je ne vois pas la sorcière comme la méchante qu'on nous a présentée dans les contes de fée, mais plutôt comme une femme qui possède des connaissances ancestrales (guérison par les plantes, rituels et autres) et qui, dans l'histoire, a été trop dérangeante et brûlée à cause de cela.

ALLIÉE 11. Moi je trouve que la page est pleine. Je suis bouleversée par le X. C'est fini, c'est du passé. Je suis prête à passer à autre chose.

L'INITIÉE. Je crois que je le suis aussi. Ce qu'il y a dessous le X c'est toute cette histoire du passé, d'abus. Ce qui en ressort est le mystère, la passeuse, la sorcière.

ALLIÉE 10. Pour moi, ça fait référence à un coucher de soleil orangé, chaud, symbole de liberté, quelque chose qui m'allume, qui me permettrait de m'épanouir, de vivre ma vie avec un grand V. Ça me parle aussi d'aller au bout de mes résistances, ce qui bloque mon plein épanouissement, et faire la paix avec mon côté ésotérique, mystérieuse, secrète.

L'INITIÉE. Je réalise comment, en ne prenant pas mon pouvoir, je laisse ma sorcière, la femme de connaissances, dans l'ombre.

PASSEURE. C'est lorsque nous nous permettons de nous épanouir que nous pouvons aider le monde. Nous avons besoin de l'épanouissement des uns et des autres. Le piège c'est l'illusion. C'est parce que j'ai mal que j'existe. C'est orienter sa vision sur un truc éclaté alors que je suis en train de guérir. Exister après la guérison c'est quoi? Comment exister après?

L'INITIÉE. C'est le sentiment que j'ai face à mon histoire d'abus. Puis-je mettre mon attention à l'endroit qui est en train de guérir, cesser d'avoir l'habitude d'aller dans la partie blessée?

### 3.12 SCENE 12 : CONCILE DE FEMMES SOLIDAIRES

**Mise en situation :** *L'Initiée rencontre des femmes en chemin avec qui elle partage sa souffrance et son questionnement sur l'amour. Elle ressent de l'amour pour un supérieur et n'arrive pas à départager ce qui appartient à cette relation et ce qui lui vient de son histoire.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal quelques temps avant le concile*).

Peut-être que toi aussi mon arbre, je devrai te quitter. Pourquoi cette vie qui nous amène à tout quitter? Peut-être pour toujours nous rapprocher de notre essence. Mon Dieu, mon arbre, vivre sans toi! Le soleil perce à travers les nuages. L'ombre apparaît sur le papier. Partout je rencontre des pères que je dois quitter. Quitter le père, rencontrer l'océan toujours plus profondément. Mes larmes me brûlent la peau comme une eau salinée. L'individuation, ça doit être cela. Mon cœur est plein et reconnaissant. Merci à la vie de me permettre d'être ici.

L'INITIÉE. Je me souviens de la mort d'un Père. Nous étions les trois filles autour de lui. C'est curieux. C'est comme si on était ses trois femmes. Aujourd'hui, il me semble vivre un genre de répétition avec un homme qui est mon supérieur. J'ai beaucoup d'amour pour lui et ça me perturbe énormément. Je voudrais tellement me comprendre dans ce que je vis dans mon cœur.

GRAND-MÈRE. Ton père symbolique est une bonne personne, mais il n'a pas conscience de ses frontières. Il ne parle pas, ni n'intervient avec toi avec cette conscience. Il laisse planer le transfert amoureux et ne gère pas la relation de façon à ce que tu puisses le travailler, le conscientiser, en parler entre vous et que la relation puisse évoluer vers autre chose. Il ne semble pas faire cela avec toi. Je voudrais t'aider à le conscientiser. Certains pères prennent pour acquis le fait qu'il va toujours y avoir un aspect idéalisant dans la relation, et ce n'est pas forcément vrai. Je ne trouve pas sain qu'un père se contente de ça ou nourrisse ça à son insu. Tu es une femme sensible et tu vas capter ça, ce qui peut devenir très mélangeant. Quand il arrive auprès de toi et qu'il te dit je t'aime, je comprends que tu sois déboussolée.

L'INITIÉE. Je ne comprends pas pourquoi je suis tellement prise dans ce dilemme.

GRAND-MÈRE. À cause de l'ambiguïté de tes premières relations qui a prévalu tout au long de ton enfance et de ton adolescence. C'est tout à fait compréhensible que tu vives cette même ambiguïté dans un rapport avec un autre homme en autorité. De jouer le moins avec l'attrait du transfert amoureux, de se complaire juste un peu, alimente chez l'autre l'espoir que ça va réellement se produire. À un moment donné, on va être en couple. Toute petite fille de 5-6-7 ans va rêver et penser à propos de son père, qu'un jour on sera en couple. Il va prendre cela avec un grain de sel et lui dire : « Moi j'ai maman. Je serai avec maman toute ma vie. » Un bon papa fait ça. Tu n'as pas eu ça, donc tous tes enjeux œdipiens, tu les as vécus dans l'ambiguïté. Je comprends que ce soit comme ça avec un autre homme en autorité.

L'INITIÉE. Je me souviens d'un autre moment où un Père nous avait envoyé aux trois filles une carte postale avec trois filles en *string*. J'étais tellement en colère.

GRAND-MÈRE. Un bon papa va te dire non, il n'y a rien qui va se passer là. Alors, la petite fille peut se laisser être amoureuse de papa, c'est sûr. Elle sait que papa est amoureux de maman, c'est sécuritaire, dans ton cas, ce ne l'était pas. Il n'y avait pas de frontière claire. Tu as plus eu une relation de fantaisie qu'une relation réelle avec lui. Tu pouvais fantasmer trop librement. Au niveau psychologique, c'est incestueux. Je ne suis pas en train de dire que c'était l'intention de ton père. Il était dans ce qui lui plaisait à lui. Il avait beaucoup de traits narcissiques ton papa. Il ne souhaitait de mal à personne, mais il se souhaitait du bien à lui. Je voudrais te préparer à lui faire des énoncés de frontières. De la façon dont tu m'en parles, il devrait être capable de le comprendre.

PASSEURE. Tu dois te réapproprier ce que tu as reçu, remercier ce que cette relation t'a permis d'apprendre, et puis questionner le père sur ce que vous voulez faire de ce lien. Ne subis pas ce que l'homme veut, n'aie pas peur de dire. Prend la parole au nom de ton cœur. Il y a des milliards de formes d'amour. Ce que je veux, c'est que tu deviennes une adulte dans le lieu de ton cœur, que tu comprennes ton pouvoir de femme sacrée dans ce lieu.

C'est ça qu'il faut que tu apprennes à renouveler : ne plus jamais perdre ton pouvoir dans le sacré de ton cœur. Tu ne sais pas faire et tu dois apprendre. Tu dois rester dans ton axe, dans le projet où tu es et comprendre pourquoi tu le fais?

L'INITIÉE. Il y a quelque chose au niveau des frontières floues qui est très subtil au niveau psychique?

GRAND-MÈRE. C'est vrai, et tu le sens. C'est au niveau psychique et énergétique que ça se passe. Ce n'est pas de l'abus grossier des frontières. C'est aussi puissant, sinon plus. C'est insidieux.

L'INITIÉE. Avec mon supérieur, j'ai rencontré l'amour sacré. On dirait que la petite fille en moi s'accroche à lui. Comment départage-t-on l'amour sacré, d'une relation amoureuse? Comment sépare-t-on tout cela?

PASSEURE. Que veux-tu au juste? Pourquoi dis-tu que c'est la petite fille qui cherche l'absolu? Pourquoi tu cherches l'absolu à travers un homme? Pourquoi ça ne pourrait pas être la femme amoureuse qui souffre de ne pas pouvoir laisser vivre ce qu'elle ressent. Je ne dis pas que c'est ça, mais je trouve que c'est facile, compte tenu de la situation, de dire que c'est la petite fille en toi, que c'est un transfert amoureux. Peut-être que tu trouves un tiroir facile. Mais si tu as une relation avec cet homme, je te préviens, tu devras rencontrer le vrai, avec ses défauts et ses qualités et tu pourras être surprise, parce que tu idéalises cet homme. La relation avec cet homme t'a permis de rencontrer l'amour et tu as pensé que c'était dans lui. La relation a aidé à ce déploiement. C'est une rencontre sacrée. Il faut savoir l'honorer. Tu ne peux pas mettre ça dans l'interdit. Le devenir de cette relation a besoin d'être traité avec honneur.

L'INITIÉE. Dans l'amour, il n'y a plus de division de bataille. Peut-être que j'ai rencontré l'amour à travers ma relation au père comme un archétype à incarner et que d'incarner une vie commune viendrait gâcher le rôle que nous avons à jouer. Peut-être es-tu là comme une inspiration pour moi-même, pour que je porte mon archétype.



GRAND-MÈRE. On peut avoir des élans amoureux toute notre vie même si on est en relation avec quelqu'un. C'est un élan du cœur, un potentiel. Ce n'est pas aimer quelqu'un, que d'être amoureux. Être amoureux, c'est la capacité de vivre l'attraction envers quelqu'un quand l'âme et le cœur s'en mêlent. C'est voir la beauté d'un autre humain. Le risque quand on n'est pas sûr de soi, quand on perçoit la beauté d'un autre, est de vouloir être choisi pour y participer, c'est par manque d'avoir un sentiment de soi assez développé. La personne croit que si elle est choisie par cette personne-là, elle va devenir digne.

PEMA CHÖDRÖN. Ce n'est pas à *ceux que nous aimons* ou aux *biens matériels* en soi que nous devons renoncer, mais aux espoirs irréalistes que nous plaçons en eux. (Chödrön, 2011, p.283)

ALLIÉE 5. Celle qui admire a besoin d'être aimée et pour être aimée, elle a besoin d'être avec elle. Tu n'es pas avec toi, tu fais plaisir. L'homme que tu veux, il a besoin de t'admirer. Cesse de les admirer. Va dans ta puissance. Tant et aussi longtemps que tu es dans l'admiration, ils se regardent eux-mêmes, ils ne t'admirent pas.

L'INITIÉE. J'ai peur, je me suis vue avoir des fantaisies pour mon père. Je ne dois vraiment pas être correcte.

GRAND-MÈRE. Il n'y a rien de mal à avoir des fantaisies. C'est la façon dont ton père participe à ça, à son insu fort probablement, qui me dérange. La petite fille qui séduit son papa, c'est désastreux. Tu n'es pas sensée pouvoir séduire ton père. Que tu aies des fantaisies, c'est correct, mais tu dois savoir en même temps que ça ne pourra jamais arriver. Un père peut être flatté, mais il doit avoir la maturité émotionnelle pour savoir quoi faire avec ça. La maturité, c'est de savoir contenir l'attraction, que ça ne devienne pas un feu de paille. Tu ne l'agis pas.

PASSEURE. Même avec les plus grands maîtres, si tu les mets dans ton lit, fais gaffe, car tu vas rencontrer le petit garçon. Le problème ce n'est pas lui, ce n'est pas toi, c'est la blessure affective que vous devez passer. Tu peux décider de l'endurer ou pas, mais pour toi, il y a une idéalisation que si l'autre n'était pas comme si, ça ne serait pas comme ça.

J'ai déjà eu des maîtres spirituels que j'ai trouvé insupportables, ils me faisaient rencontrer tout ce que je haïssais de moi. Comme tout bon maître, ils étaient de bons miroirs. J'ai voulu partir, mais si je partais, je sombrais dans la désespérance. Alors, j'ai fait un pacte avec moi-même. Je me suis dit : « Quoi que fasse cet homme, j'apprendrai. Il n'est pas là pour me minoucher, il est là pour que je fasse mon chemin spirituel ».

L'INITIÉE. Comment se fait-il que j'aie si mal d'aimer, que cet amour soit inaccessible? Comment faire pour vivre et m'épanouir avec ce sentiment? Comment se fait-il que je me perde tant en relation?

PASSEURE. Je ne peux ignorer que tu es à la fois dans une quête amoureuse et spirituelle. Y a-t-il moyen de trouver une cohérence entre les deux? Dans l'initiation, ce que l'on cherche, ce n'est pas l'illumination, c'est la libération. Le travail à faire, c'est de dépasser toutes les couches qui t'empêchent d'être dans la lumière. Je te vois avec ta blessure amoureuse et je doute que la blessure soit ton problème. C'est plutôt l'idéal amoureux. Es-tu en amour pour réaliser ton idéal ou pour passer à travers tes enjeux?

PEMA CHÖDRÖN. Essayer de trouver un bonheur durable dans une relation ou une possession de biens est comme boire de l'eau salée pour étancher sa soif. (Chödrön, 2011, p.284).

L'INITIÉE. On dirait que les humains, dans le rapport à deux, tombent facilement dans la complaisance d'une petite vie sécurisante, mais complètement occultée des profondeurs de la psyché et de sa beauté. C'est un compromis que je ne suis pas prête à faire. Je préfère être seule que de tomber dans la mièvrerie. J'ai besoin de cette richesse de la vie, de mes moments de réflexion tout en étant en lien.

PASSEURE. Pour décider de commencer une relation amoureuse, il faut que ça vaille la peine. Ça doit répondre à ta quête essentielle. Ta quête essentielle, ce n'est pas l'autre, c'est ta capacité d'acquérir des compétences relationnelles qui vont faire que ton partenaire va pouvoir devenir fou sans que tu en fasses une affaire personnelle. Ton partenaire peut reculer parce qu'il a peur de l'étouffement sans que tu ne le vives comme un rejet. Le

partenaire avec qui tu pourras faire ça, sera ton compagnon sur la voie de réalisation. Mais tu as des exigences spirituelles et une logique de *Belle au bois dormant*. Si tu ne fais pas un choix conscient, au lieu que ta voie amoureuse soit un lieu de réalisation, sera un lieu de répétition. Tu vas dans la voie amoureuse parce que tu as un projet, celui d'être accompagnée dans ton chemin de vie. Béni à tous les jours le compagnon qui t'es donné pour la réalisation de cette tâche fondamentale de ton existence.

MÈRE. Ne mets pas tes besoins affectifs dans ta voie spirituelle. Sépare la quête spirituelle du lien affectif. Que ta recherche du bien aimé de l'âme soit différenciée de la vie dans son horizontalité et quotidienneté; ce n'est pas à l'amoureux à répondre à ce besoin, car la tentation est grande pour toi de glisser dans cette recherche à travers l'autre.

L'INITIÉE. Je comprends mieux mais mon cœur, par moment est si jeune, défait et perturbé. Je vais me donner du temps.

PASSEURE. Il y a une part de ton père qui est nourrie par ton admiration. Je comprends que tu ressenties de l'ambiguïté. Ne te quitte pas pour nourrir l'autre et arrête de projeter ta puissance à l'extérieur. Ce que tu vois de beau en lui, si tu le vois, c'est que tu l'as en toi. Peux-tu l'honorer en toi? Tu ne pourras renouveler cela qu'en interaction.

### **3.13 SCENE 13 : RETOUR AVEC LA GRAND-MERE SUR LE CONCILE**

L'INITIÉE. J'ai l'impression que, tranquillement, je dénoue quelque chose. Par période, je suis exaspérée, tannée. Je me sens prise.

GRAND-MÈRE. Oui, je le vois aussi. Tu es en train de dénouer la relation avec ton père, c'est très œdipien tout cela. C'est le fait de te sentir prise entre le père et la mère qui t'empêche de vivre.

L'INITIÉE. Je suis tannée d'essayer de m'en sortir. J'aurais le goût de tuer le père.

GRAND-MÈRE. Ça ressemble à de la rage. Tu étais le lien avec ton père et ta mère tolérait qu'il vienne dans tes frontières pour le garder. Ta mère, pour ne pas perdre le lien avec ton père, le laissait avoir une complicité qui allait au-delà de la relation père-fille. Énergétiquement ça allait au-delà. C'est incestueux sur le plan énergétique de prendre un genre de plaisir qui est réservé au couple, pas à l'enfant. Juste le fait que ton père t'accueillait sans accueillir ta mère de la même façon, dérange. Une petite fille a besoin de savoir que son père est attiré envers sa mère, qu'il n'y a pas d'ambiguïté. Son amour est celui d'un père.

L'INITIÉE. C'est vrai que j'ai souvent eu le sentiment que ma mère voulait me prendre ce que j'avais, je crois qu'elle me laissait avoir ce lien avec le père et aussi elle l'enviait. On dirait que j'ai un objectif caché, celui d'être dans un espace d'union, quand je serai dans cet espace enfin je pourrai retrouver le père. Enfin je suis correct, là la rencontre est possible.

GRAND-MÈRE. Ça ressemble au rêve d'une petite fille d'un Soi qui rencontre un autre Soi. C'est un rêve désincarné. Il faut abandonner ce rêve.

L'INITIÉE. C'est la croyance de ma vie.

GRAND-MÈRE. Le vrai monde est incomplet, imparfait et tout de même digne. La différence entre une rencontre fusionnelle et une rencontre mature entre deux adultes authentiques, est la capacité de rencontre dans l'intimité. C'est la capacité de vivre une impasse de contact et de s'auto-soutenir pour réparer le lien afin de retrouver la possibilité de contact.

L'INITIÉE. Je suis accrochée à un idéal faute d'avoir eu devant moi une vie de couple pour le meilleur et pour le pire. Je n'ai pas vu suffisamment les interactions entre le père et la mère ou l'un et l'autre s'intéressent vivement à maintenir le contact.

GRAND-MÈRE. C'est vrai et la tendance est de cristalliser toutes les femmes qui ont vécu cela dans cette quête de l'idéal.

L'INITIÉE. Il me semble que les partenaires que j'ai eus n'étaient jamais à la hauteur. Ils ne répondent pas. Mon père répondrait. À part ça, je ne trouve pas grand monde d'intéressant, sauf ceux que je peux idéaliser. J'ai tellement peur d'être avec un mauvais numéro, que je soulève tous ses défauts. À chaque fois, l'arsenal de guerre se met en marche, de rejet et de supériorité sur le sujet, l'instance est déclarée, il n'est pas à la hauteur. J'écrivais dans mon journal à ce sujet : Que de suffisance, princesse altière, vous avez. Comme une bête sauvage vous ne vous laissez approcher.

GRAND-MÈRE. Ton père répondait aux critères pour la petite fille. C'est ça qu'il ne faut pas avoir. La petite peut dire : « Moi je veux pouvoir me marier avec papa quand je vais grandir ». Le père doit répondre : « Je suis marié avec ta maman et je l'aime ». Le père doit confronter la fille à cette réalité comme tu ne l'as pas été. À l'âge œdipien, ne pas être choisi crée, graduellement, un écart entre l'idéal et la réalité. La relation avec ton père a été érotisée subtilement. Il n'y a rien de plus érotisant que l'ambiguïté; c'est comme un corps légèrement vêtu, c'est plus érotisant qu'un corps nu.

L'INITIÉE. J'ai le goût de te lire un texte que j'ai écrit ce matin. C'était vraiment un beau moment :

Faites que je me laisse glisser dans la vie,  
que je suive le courant  
et que je m'ouvre à l'océan.

Soleil tu es poésie ce matin,  
je suis en amour avec toi.

Je vois l'ombre du bouleau sur la neige,  
et tes rayons sont trop brillants pour que je ne vois l'arbre.  
Est-ce qu'avec mon amoureux c'est la même chose?  
Je vois son ombre plus que l'homme?

Je vois aussi le scintillement des flocons  
et le goût de me reposer,  
repose-toi dit-il.

J'entends la corneille piailler  
et pense à l'habitude,  
même toi poésie,  
parfois je ne t'apprécie  
pourtant tu es là,  
et pour moi ce n'est jamais assez.

J'ai de la difficulté à te reconnaître pour ce que tu es,  
mon cœur est triste à y penser,  
je ne vois pas toujours ta beauté.

Je crois t'avoir perdu,  
j'erre à ta recherche,  
je t'appelle comme une âme en peine,  
pourtant, je le sais, tu es toujours là.

Peut-être est-ce ainsi,  
j'ai besoin de cette errance  
pour pouvoir t'apprécier,  
mais ça n'a pas toujours été ma réalité.

Pourquoi ainsi te quitter et me perdre,  
je voudrais ne jamais te perdre.  
Est-ce possible?

Je suis si contente de te retrouver ce matin.  
Merci d'être là.

J'aimerais t'amener au monde,  
leur permettre de te rencontrer, de te toucher,  
et de voir comment il est bon  
de faire une incursion dans ta matrice, ta sensualité.  
Comment faire pour te partager?

Je trouve que tu es une partie de la réalité tellement oubliée.  
Tout n'est que matérialité ici,

tu manques au monde,  
 mais à peu près personne ne le sait,  
 C'est triste à en pleurer.

Je veux t'amener au monde,  
 voilà mon désir d'enfanter où il est vraiment.  
 Je crois que c'est le rôle que j'ai à jouer,  
 faire le pont d'un amour sacré  
 à un amour terrestre dans la matérialité.

L'INITIÉE. Je m'interroge sur la fusion, l'union avec le sacré. Quand je suis là, dans ces moments de poésie, je suis en dialogue avec l'univers et en même temps, je reçois les réponses aux questions que je me pose. J'aimerais amener ce que j'ai développé dans le monde.

GRAND-MÈRE. On peut vivre une connexion avec le cosmos et être dissocié dans le champ énergétique, tu peux aussi vivre cette connexion d'un lieu enracinée. La question est de savoir où est placé ta conscience.

L'INITIÉE. On dirait que ce que j'ai connu comme relation avec mon père m'a donné cette capacité de contact avec l'univers.

GRAND-MÈRE. Définitivement. Ton père était dans l'univers.

L'INITIÉE. J'entendais Arouna Lipschitz (2003, p.186) dire que malgré les états d'illuminations qu'elle a pu vivre, cela ne l'a pas rendue meilleure au niveau relationnel. Elle a compris qu'elle devait faire le deuil de la nostalgie de l'ailleurs, du divin, de la mémoire de la matrice, de la poussière d'étoile. Quand je rencontre la peine face à mon père, c'est immense. Comment, avec ce que je porte, faire le deuil? Une partie de moi reste accrochée.

GRAND-MÈRE. Donc dans ta vie, aucun homme ne peut être de taille, sauf un homme que tu peux idéaliser, qui reste dans l'ambiguïté. Mais tu portes aussi le désir de rencontrer un homme que tu vois réellement, pas juste dans une expérience divine. Tu es loin d'être la

première personne qui cherche l'union qui met dans un état altéré de conscience à deux. C'est un état de conscience tout à fait valable, mais ce n'est pas dans cet état de conscience que tu cultives une relation sur la planète Terre.

L'INITIÉE. Je crois que ma croyance est d'atteindre l'état d'illumination et qu'à ce moment-là tout sera réglé sur tous les plans.

GRAND-MÈRE. Carl Jung parlerait de l'inflation de l'égo. Il y a des conséquences sévères à se désincarner. J'ai connu plusieurs personnes qui ont cherché à vivre constamment dans cet état de conscience altéré et dans tous les cas, leur bulle s'est crevée.

### 3.14 SCENE 14 : QUETE DU PRINCE CHARMANT

**Mise en situation :** *L'Initiée, après toutes ces discussions pour se comprendre dans ce qu'elle vit face à un Père, ose s'adresser à lui afin de clarifier leurs relations.*

PASSEURE (*lit un passage de Bruno Bettelheim dans son livre, 1976, Psychanalyse et contes de fées, p. 340*). « La belle au bois dormant dit qu'une longue période de repos, de contemplation, de concentration sur soi, peut conduire et conduit souvent à de grandes réalisations ».

L'INITIÉE. Père, tu as été majeur dans ma vie. Notre rencontre a été sacrée et je me trouve un peu imbécile de tant maltraiter cet amour, de le mettre dans l'interdit à cause du Père... Notre rencontre a été cela et au-delà de cela. J'ai besoin de laisser vivre cet amour, de ne pas le nier. J'ai besoin de me permettre de t'aimer et j'aimerais pouvoir parler de tout ça avec toi, est-ce possible?

PÈRE. Je ne sais pas quoi dire d'autre qui pourrait autant honorer ta démarche et ton lien avec moi et avec ce que ce lien a permis pour toi. Car il semble bien clair que tu cherches aussi à honorer correctement ce lien que nous avons au sacré tout en sachant permettre à ton coeur de sentir aussi de l'amour pour moi. Si ton amour n'a aucun besoin de réciprocité,



s'il est gratuit, saches que je reçois cela comme un cadeau. Par contre s'il est teinté de tout ce dont je te parle (besoin de réciprocité amoureuse), comprend aussi que je ne suis pas à ce rendez-vous, auquel tu sembles me convier depuis longtemps et que tu n'es pas capable d'abandonner. Pourquoi? Puisses-tu plonger au cœur de cet enjeu complexe qui te garde dans un enfermement qui peut te faire souffrir! Mais je ne suis pas celui qui peut t'y accompagner et j'espère que tu le comprendras.

L'INITIÉE. C'est vrai que j'ai eu envie de vérifier si c'était possible d'avoir une relation avec toi. Ensuite, je me suis ravisée. J'avais tout de même besoin de clarifier des choses du passé avec toi. J'ai pris mon courage à deux mains, pour savoir si la présence que je sentais après ton départ était liée à un appel amoureux de ta part. Tu m'as dit non et je t'ai cru.

Ensuite, tu as eu quelques comportements qui sont venus m'embrouiller. Ce qui me semblait clair, ne l'était plus. Je suis retournée vérifier auprès de toi. Et finalement, après coup, je trouvais aussi que ton énoncé n'était pas trop clair. Pour moi, il laissait sous-entendre : « peut-être que je suis amoureux et que je ne suis pas en train de te le dire parce que je suis ton père ». La lecture suggérée sur l'amour impossible m'a aussi laissé croire que c'était ce que tu vivais avec moi. Et même si ça avait été le cas, pour moi, c'était pire de ne pas le dire.

En fait, ce qui me rend dingue, c'est l'ambiguïté, un genre de non-oui. Aller vérifier ce qui se passe réellement dans le but de vraiment honorer notre relation. C'est vrai que c'est un enfermement qui me fait souffrir et mes démarches de clarifications sont déjà des pas pour en sortir.

Tu clarifies clairement tes sentiments. Je t'entends. Je reçois bien ce que tu me dis, et je l'accepte. Je vais rester attentive au déploiement de tout ceci en moi.

PÈRE. Ma parole et mes gestes ont pu paraître ambigus, mais ils ne voulaient pas l'être. J'ai essayé de t'exprimer clairement que je n'avais pas éprouvé de sentiment amoureux à ton égard ou de désir à quelque moment que ce soit. Il n'y a pas eu de

changements de ce côté, mais j'ai perçu plus clairement comment tu semblais aux prises avec le besoin que je sois amoureux de toi.

L'INITIÉE. Tu me dis aussi que tu as observé mon besoin que tu sois amoureux de moi. C'est fort possible. C'est la manière dont j'ai appris à être en relation au masculin. Je sais, et je ne me rends pas toujours compte que je peux être dans un jeu de séduction. Cependant, j'ai quand même envie de te renvoyer la balle. N'est-il pas possible que, de ton côté, tu sois nourri narcissiquement par ce genre de comportement et que cela contribue à ce que les frontières de la relation ne soient pas toujours claires? Peut-être en as-tu besoin aussi?

MÈRE. Je suis enragée contre les femmes qui cherchent le Prince charmant. Ta recherche n'est peut-être pas si bête, mais en réalité elle est une recherche de lien. C'est une relation fusionnelle et tu dois te séparer, « t'individualiser ». Tu es vivante et de ce lieu vivant est-ce que tu peux te lier? L'attente du père continue d'alimenter le rêve qui empêche la rencontre véritable.

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Ma mère me dit que je ne suis pas séparée du père. Comment on fait ça? Est-ce que je reste accrochée parce qu'il y a des espaces de souffrance dans cette relation qui n'ont pas été rencontrés et qu'en gardant le lien, je m'en protège? Si c'est le cas, je demande à la vie de m'aider à les rencontrer. Hier soir, j'étais fragmentée, dans mon ombre. Ce que j'y entendais est mon impossibilité à m'en sortir, mais aussi le rejet d'une partie de moi-même. Comment on fait pour vivre avec ces parties en nous qui ont été perverties? Comment gérer ces états sans en être la victime mais plutôt l'actrice? Comment me donner le rôle principal de ma vie. La pensée m'est passée venue qu'il m'était peut-être désormais impossible de partager ma vie avec quelqu'un. (22-02-2009)

PASSEURE. L'autre, tel que tu te le représentes, appartient à la psyché féminine. En ce sens, ta quête dépasse le personnel. Ce que tu essaies de transcender est aussi collectif, et est une invitation à sortir de l'utopie, à faire le deuil de l'illusion. Trouve la piste de la fougue.

JAN BAUER. Les individus qui se sont engagés dans un amour impossible disent que par la nature même de leur passion que quelque chose va mal, que l'amour et le pouvoir, le masculin et le féminin n'ont pu être conciliés harmonieusement dans leur vie. Bon nombre d'entre eux semblent incarner l'archétype *puer/puella*, l'archétype de l'adolescent en quête de quelque chose ou en lutte pour quelque chose. (2000, p.113)

L'INITIÉE (*poursuit l'écriture de son journal*).

Je réfléchis à la quête du Prince charmant. Dans l'invisible, je suis consciente de celle qui appelle. Je dirais que j'en ai l'intuition depuis longtemps sans peut-être arriver à bien me cerner. Quel est donc cet emballement en moi qui veut l'autre? Ça me semble primitif. J'avais ressenti la même chose avec un ancien amoureux. Je me souviens avoir aussi vécu cet emballement avec un Père alors qu'il quittait la région, et me voir vouloir m'agripper à lui. C'est la seule fois que j'ai vu la petite en moi et toute son énergie à vouloir chercher l'autre. Je n'ai pas su, à ce moment-là, parler à ma petite. Je dirais qu'elle a trois ou quatre ans. Si je suis toujours prise dans ce piège, je voudrais que vous m'aidiez à l'accueillir, à le transcender.

JAN BAUER. Dans une telle situation, il semble que nous ayons tous en nous-même un héros ou une héroïne de l'amour qui ne peut tout simplement renoncer à cet amour une fois qu'il est engagé. Si nous ne pouvons être de grands amants pouvons nous être de grands martyrs. Parfois il faut nous rendre très loin dans l'amour pour nous rendre compte que nous sommes piégés dans une « compulsion de répétition », essayant d'arracher de l'amour à quelqu'un qui est incapable d'en donner, nous comportant comme les enfants que nous avons été et qui croyaient impossible que l'amour ne soit pas possible. (2000, p.122)

### 3.15 SCENE 15 : ENTREVOIR LE CHEMIN POUR SORTIR DE L'UTOPIE

**Mise en situation :** *Quelques temps après ces échanges de clarification de la relation avec un Père, l'Initiée retourne dans son groupe de recherche et revoit le Père.*

PÈRE. (*S'assoit près de l'Initiée avec le groupe d'Alliés*)

L'INITIÉE (*se dit intérieurement*). Je ne voulais pas le voir. Je réalise pourquoi la petite pleure. Ah! Mon Dieu! Quelle peine elle a! Je reste là avec cette petite. Personne ne sait la peine qu'elle porte. Elle n'en parle pas comme quelque chose d'inavouable. Je vois mon père quitter la table. Il rit. Il n'a pas l'air de souffrir. Ce n'est vraiment pas mon cas.

ALLIÉE 11. Comment vas-tu?

L'INITIÉE. Je suis triste.

ALLIÉE 11. Dépose ta tristesse dans le groupe.

L'INITIÉE. J'ai honte de porter cette souffrance. Je n'ose pas me dévoiler entièrement. Je me juge.

L'INITIÉE (*s'adresse au groupe d'Alliés*). Je souffre tellement de cette séparation d'avec le Père.

GRAND-MÈRE (*lit un autre passage de Bruno Bettelheim*).

De nombreux princes tentent d'approcher la Belle au bois dormant avant le temps de sa maturité; tous ces prétendants trop hâtifs périssent dans les épines. Les parents et les enfants sont ainsi avertis que l'éveil sexuel qui se produit avant que le corps et l'esprit ne soient prêts est très destructif. Mais quand la Belle est prête effectivement et physiquement pour l'amour, et en même temps pour l'expérience sexuelle et le mariage, la muraille qui semblait infranchissable tombe d'elle-même. Les gigantesques buissons d'épines se transforment en « belles et grandes fleurs » qui s'écartent pour laisser passer le prince. (Bettelheim, 1976, p.350)

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Puis-je aimer, être séparée et continuer d'être en lien? Père, est-ce que tu vas continuer de m'aimer? Tu me dis d'y aller. Je comprends mieux la peur de perdre l'amour du père en aimant un autre homme. Comme s'il m'avait toujours été impossible d'aimer un autre homme. Je comprends mieux la demande de bénédiction, rituel qu'on a délaissé mais dont je vois aujourd'hui l'importance. Je me souviens à la mort d'un père, j'aurais voulu lui dire que j'étais en amour, mais je ne pouvais pas. Aujourd'hui est-ce que j'ai le droit d'aimer? Je dois me séparer du père, je te pleure. Mon arbre, mon confident, je réalise que toutes ces années tu as été

comme mon père. J'ignorais cela, je n'ai jamais été capable de me séparer. Maintenant je crois que ça y est. La forêt d'épines peut s'écarter pour laisser place au Prince charmant. Je prie de tout mon cœur pour y arriver.

PÈRE. (*revient s'asseoir dans le groupe*)

L'INITIÉE (*se dit intérieurement*). Je suis dans un espace complètement différent. Je peux être dans l'amour en moi. Une fois l'accueil de ma petite et de cette peine, cela laisse place à autre chose. C'est bon.

PASSEURE. Ce matériel fait partie de ta quête

### 3.16 SCENE 16 : UN DELAI DONNE POUR UN TEMPS DE CONSTRUCTION

**Mise en situation :** *L'Initiée n'en est qu'aux balbutiements de sa construction identitaire face au père, et chacun cherche à accompagner au mieux ce qui est présent.*

L'INITIÉE (*demande à un Allié*). Il me semble percevoir de la colère en toi. Dans quelle mesure cela fait-il partie de ta recherche?

ALLIÉE. Il me semble que nous avons cette colère en commun.

L'INITIÉE. C'est vrai, mais je ne semble pas l'assumer. Ça prend une certaine colère pour nommer ses limites au père...

TÉMOIN. Et si tu agissais, qu'est-ce qui se passerait? Je vois la peur de la petite de perdre le lien, alors elle reste dans l'éther, dans l'inhibition.

GRAND-MÈRE (*lit un autre passage de Bruno Bettelheim*).

Aucun passage d'un stade de développement à un autre n'est à l'abri des dangers; ceux de la puberté sont symbolisés par le sang qui coule de la piqûre. On réagit naturellement aux menaces de la croissance en se retirant de la vie et du monde qui les imposent. Le repliement narcissique est une réaction tentante devant les contraintes de l'adolescence, mais, dit l'histoire, il conduit à une existence dangereuse, létale, quand il est considéré comme une fuite devant les incertitudes

de la vie. Le monde entier est alors comme mort pour l'adolescent... On ne peut se réveiller du danger de dormir sa vie sans se relier positivement à un autre. Le baiser du prince rompt le charme du narcissisme et réveille une féminité qui, jusqu'alors, était restée embryonnaire. La vie ne peut continuer que si la jeune fille évolue vers son état de femme. La rencontre harmonieuse du prince et de la princesse, l'éveil de chacun d'eux devant l'autre est le symbole de ce qu'implique la maturité : non seulement l'harmonie vis à vis de soi-même mais également l'harmonie vis à vis de l'autre. L'auditeur décidera s'il doit interpréter l'arrivée opportune du prince comme un événement qui provoque l'éclosion de la sexualité ou celle d'un moi supérieur (Bettelheim, 1976, p.350)

MÈRE. J'ai parlé avec ton père. Il est prêt à rester dans le lien avec toi, le temps que tu apprennes à te construire à cet endroit.

L'INITIÉE (*écrit*).

Comment, quand on a connu l'union avec le divin avec le tout, peut-on transférer ces connaissances dans la relation amoureuse sans chercher à diviniser l'autre? J'ai vu ma projection sur le père du Prince charmant et de mon espoir que cette relation puisse se matérialiser, que le divin se réalise à travers la relation. Et je vois aussi ma peine à l'impossibilité de cette rencontre. Il y a un deuil à faire. Arouna Lipschitz parle de guérir de la nostalgie de l'ailleurs, comment faire ça? Je ne sais pas encore. J'entends : « descends ». Je crois bien qu'il faille que j'accepte de descendre!

GRAND-MÈRE (*lit un passage de Eckhart Tolle dans Nouvelle terre*). « Mais, il y a une bonne nouvelle : si vous pouvez reconnaître l'illusion comme telle, elle se dissout. La reconnaissance d'une illusion en est aussi la fin. Sa survie dépend du fait qu'on la prend pour la réalité. ». (Tolle, 2005, p.23)

PASSEURE. En réalité, c'est beaucoup plus vaste que ça ne paraît!

### 3.17 SCENE 17: AMOUR SACRE VERSUS AMOUR HUMAIN

**Mise en situation :** *L'Initiée a rencontré l'amour à travers sa relation avec un père. Ce lien lui a aussi donné accès à des états de conscience élargis. Elle a le sentiment que perdre le père, c'est perdre à la fois l'amour et le sacré en elle.*

PASSEURE. Je ne suis pas certaine que ce qui te fait souffrir aujourd'hui n'est pas la non-reconnaissance de quelque chose de sacré pour toi?

MÈRE. On dirait qu'il y a en toi une quêteuse d'amour, une demande infinie d'aimer et d'être aimée.

PASSEURE. Oui, et dès que quelqu'un t'aime, il devient suspect parce que, ce qu'il y a de sacré dans ce lien n'est pas honoré. Tu deviens suspecte dès que tu aimes. On dirait que tu as une représentation figée de ton histoire.

L'INITIÉE. Je me suis réveillée en riant dernièrement et la réflexion qui me venait est Dieu est un clown. Je le voyais là-haut avec sa bande d'acolyte se marrer de la répétition de nos scénarios. Je n'en reviens pas comme nous sommes dans un grand théâtre familial, dans une divine comédie.

TÉMOIN. Regarder sa vie sous cet angle aide à ne pas trop se prendre au sérieux, à mythologiser son histoire et à être davantage dans la posture du témoin que dans le drame. Voir le drame, ses ramifications, ses impacts, c'est important mais ne pas y rester collé est tout aussi important. C'est vrai qu'actuellement tu souffres terriblement et que tu es probablement figée dans tes représentations.

L'INITIÉE. Je touche à un immense sentiment de perte.

MÈRE. On dirait que pour toi perdre le lien avec le père te fait perdre le lien avec le divin. Je me demande pourquoi tu es dans cette équation-là?

L'INITIÉ. Je crois que c'est parce que j'ai été initié par le père au divin, on dirait que j'ai associé les deux. Le divin est dans le père, pas dans moi.

ALLIÉE. Mon père, un jour, m'a amené devant un miroir, et m'a dit : « Regarde bien cette fille-là, elle est belle, je te le dis et retiens-le. Que je ne te vois jamais baver auprès de quelqu'un pour qu'il te dise que tu es belle. Désormais, tu vas te le dire à toi-même ». Et il m'a ensuite dit : « Un jour tu seras une femme et tu vas rencontrer l'amour. N'oublie

jamais que c'est toi qui vis l'amour, ce n'est pas l'autre qui te le donne, ce n'est pas parce que tu vis l'amour avec cette personne là que l'amour est à lui. L'amour que tu vis est à toi, ce qui vibre t'appartient ».

PASSEURE. On dirait que tu es dans une erreur catégorielle, c'est comme si je disais que Dieu n'existe pas parce que je ne le vois pas. Tu n'es pas supposé voir Dieu avec les yeux. Si je dis que je veux mesurer l'air avec un litre, il y a une erreur d'attribution. Autrement dit, l'erreur pour toi ressemble à ceci; si je perds le lien avec le père, je perds le lien avec le divin. Qu'est-ce qui me dit que ce ne serait pas plutôt, si je perds mon lien fondamental avec le divin, si je cours après le père pour me sentir exister, voire valable, s'il n'est plus là avec son regard aimant, toi tu n'es plus rien du tout. On dirait que dans ta psyché, les hommes ne sont pas des hommes, ce sont des Dieux et sans eux, tu n'as pas accès à ta propre valeur.

L'INITIÉE. Dernièrement dans une rencontre familiale, je me suis vue porter attention aux liens entre les gens, voir de nouvelles connivences se manifester. Et, le fait que j'ai été absente à la dernière réunion, j'ai observé que je me sentais exclue ou menacée. Comme si, parce que j'avais manqué une rencontre, que je n'étais plus vraiment de la partie! Je me suis vue, à ce moment, vouloir m'agripper aux autres, manquer de foi envers les liens créés et envers moi-même. Suis-je toujours aimée... Je suis surprise de voir qu'en une seule absence, ces enjeux puissent être soulevés. Mon père arrivait et repartait régulièrement pour le travail. J'ai déjà écrit un conte qui s'intitule : « Le cimetière des morts-vivants et le capitaine lumière qui débarque de temps en temps ». Pour moi, il était la lumière qui arrivait, à travers la famille malheureuse. Je me suis accrochée à ce qu'il y avait de vivant. Avec son type de personnalité plutôt narcissique, il nous prenait et nous jetait aussi à sa guise. Je vois qu'en ce lieu, j'ai besoin de vigilance. Comment rester dans mon pouvoir, en lien avec moi alors qu'à l'extérieur, certains parfums évanescents me ramènent dans mon scénario familial? Ici, ce mouvement était plutôt subtil, mais combien de fois je me suis retrouvée fragmentée, en relation intime, dans ce type de situation? De plus, dans cet



exemple, il n'y a pas de rejet, seulement le mouvement du va-et-vient et l'insécurité créée par celui-ci. Quand le rejet s'y ajoute la difficulté augmente.

PASSEURE. Tu dois décider qui est le premier. Dieu est jaloux. Veux-tu être un temple divin pour vrai, ou veux-tu être une femme adulée par un homme qu'elle adule. Fais tes choix et ça va se réaliser. Veux-tu que Dieu soit premier dans ta vie à jamais, vraiment premier!

MÈRE. Si tu veux cela, arrête de mettre les hommes en avant de lui, c'est tout. Choisis le partenaire que tu veux et ne lui donne jamais la première place. En premier, c'est toi qui accueilles Dieu et de là, tu peux vivre des relations avec le monde. Toi, tu fais le contraire. Tu mets l'homme en premier, Dieu en deuxième et toi en troisième. Ça ne marche pas!

PASSEURE. La quête spirituelle nous dépouille, elle ne nous habille pas. Tu veux ça ou pas? Si tu veux ce genre de quête, prépare-toi au dépouillement. Si tu ne le veux pas, coures après les hommes, mais arrête de mêler les deux! Tu es équipée pour faire l'un et l'autre.

L'INITIÉE. J'ai de la difficulté à faire co-exister les deux.

PASSEURE. La quête amoureuse ne te donnera pas la vie spirituelle. La quête spirituelle peut inclure l'amour parce qu'elle est plus large. Mais elle est traître parce que le propre de la quête spirituelle, c'est que ce n'est plus moi qui mène, et ma vie ne sera pas ce que je veux, ce que l'égo veut. Elle sera ce qu'il faut. Tu peux faire une quête amoureuse de façon cohérente, faire une quête spirituelle de façon cohérente. Tu peux abandonner l'une ou l'autre. Tu fais ce que tu veux, mais s'il te plaît : COHÉRENCE!

MÈRE. Ce qui te fait pleurer toutes les larmes de ton corps, c'est un endroit où tu as du pouvoir et toi tu fais comme si tu n'en avais pas. Tu t'enlèves le pouvoir et devient une victime, est-ce que ton père va t'écrire ou pas, t'appeler, pas t'appeler... Tu agis comme une pauvre chose qui attend, comment ne veux-tu pas pleurer!

PASSEURE. Ce que tu rencontres dans l'amour, c'est vrai que c'est amplifié par mille si tu es en relation amoureuse. Mais ce n'est pas parce que c'est amplifié par la relation que c'est

attribuable à la relation. Ce qui est à honorer quand tu rencontres ces moments, ce n'est pas l'autre, c'est celle qui s'amène dans ces lieux-là. Tu peux bénir la relation qui a permis cela. Tu veux ton amoureux à tout prix, mais le problème c'est que tu ne veux pas n'importe lequel. Tu en veux un idéalisé, c'est pour ça que ça ne fonctionne pas. Si tu cherchais n'importe quel homme, ça marcherait. Tu veux un homme idéalisé, réalisé presque. Tu quittes ta propre réalisation pour rencontrer un homme réalisé, ça ne peut pas marcher.

L'INITIÉE. Oui, il y a quelque chose en moi qui demande à être reconnue et tant que je ne le ferai pas, je ne pourrai être pleinement dans mon pouvoir.

PASSEURE. Si tu n'honores pas le Dieu qui t'habite, tu deviens une chose.

MÈRE. Comment veux-tu qu'un homme te respecte, si tu ne respectes pas la puissance qui t'habite toi. Avant, on nous disait : « sois belle et tais-toi, ne sois pas spirituelle, ne réfléchis pas trop, fais des petites révérences... » C'est l'histoire que nous portons et tu as ça dans ton corps. Tu ne peux pas t'enlever ça comme ça. C'est du travail et c'est un travail que toutes femmes doivent faire. Ne fait pas comme j'ai fait, on ne prend pas sa place à côté de quelqu'un, on prend sa place dans Soi. Le propre de l'aliénation féminine c'est ça, on se liquéfie et on quitte notre place en nous. On attend le Prince charmant qui va venir nous révéler et nous asseoir en nous.

PASSEURE. La grandeur du vivant se cache aussi dans le repos.

L'INITIÉE. Oui, je suis épuisée et très secouée de tout ce que vous me dites, je pense comprendre, mais c'est sûr que ce n'est pas intégré.

### **3.18 SCENE 18 : LE RETOUR D'UN AMOUREUX**

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

J'ai besoin d'un moment pour soigner une peine qui m'habite. Je réalise que le deuil de mon amoureux demande du temps, le temps de tous les moments partagés ensemble. Chaque fois que je passe une nouvelle étape, je pleure. Je doute de mes choix, je doute de moi-même.

L'amour est comme un tricot, il y a tous ces moments vécus ensemble qui tissent les berces de l'amour. Quand on fait un deuil, c'est tous ces lieux que l'on revisite et que l'on se doit aussi d'honorer.

**Mise en contexte :** *Quelques jours suivant ces écrits, l'Amoureux, nommé le Père, débarque chez l'Initiée, ce n'est pas la première fois qu'il tente un rapprochement. Il semble être en relation avec une autre femme et tente tout de même de reconquérir l'initiée. L'Initiée espère dans cette rencontre fermer clairement la relation avec l'amoureux, non seulement dans ses paroles mais aussi dans son senti intérieur, elle veut rester dans son pouvoir.*

L'INITIÉE. Je vois bien qu'entre nous il y a beaucoup d'amour mais il y a des enjeux autour desquels je n'ai pas le goût d'être. Il y a toujours une femme entre nous. Il y a constamment une triangulation dans la relation. Et pour cette raison, je ne veux pas reprendre la relation.

PÈRE. Je t'aime vraiment. Je ne peux pas croire que cet amour-là ne pourra pas se vivre.

L'INITIÉ (*se dit intérieurement*). Je suis touchée. Je l'aime aussi. Il ne voit pas l'ensemble de la situation. Il est dans le désir amoureux.

L'INITIÉE. Moi aussi je t'aime. Ça n'a jamais été notre problème. Je ne veux pas reprendre pour le moment.

L'INITIÉE (*pense*). Je vois encore plus l'amour entre nous, comme s'il n'y avait plus que deux cœurs étincelants.

PÈRE. La vie passe vite. C'est du temps perdu. Tu ne peux pas passer à côté de l'amour. Tu m'as dit l'autre fois que tu voulais, que tu me tendais la main. Ça ne tient plus?

L'INITIÉE (*se dit qu'il a raison puis ajoute*). Quand je me retrouve devant toi, je perds mes moyens. Je ne voulais pas avant de te voir. Ce n'est pas tout le désir amoureux.

PÈRE. Mais c'est rare un amour comme ça. On rencontre ça une fois dans sa vie, peut-être pas!

L'INITIÉE (*pense*). Il a raison mais je dois tenir compte de l'ensemble. Je suis choquée aussi du contexte dans lequel il me demande cela.

L'INITIÉE. Tu viens me demander de reprendre avec toi alors qu'il y a une femme amoureuse de toi sur ton perron. Tu as laissé plus de place à cette femme que tu ne m'en as jamais faite. Il y a toujours une femme entre nous, ça été l'ex, ta fille, ta sœur, ta mère et puis maintenant ta gérante, c'est vraiment la goutte qui fait déborder le vase. Il te faut une mère. Tu n'as pas coupé le cordon avec ta mère. Je ne veux plus être là-dedans et je ne veux pas non plus être ta mère. (*Tout en disant ces mots, elle pense.*) Peut-être que j'exagère. Je suis dure.

PÈRE. Je ne suis pas amoureux de cette femme. Elle est très bien. Elle m'a beaucoup aidé, mais je ne suis pas amoureux d'elle. Je sais que je ne suis pas facile et je suis prêt à travailler là-dessus. Je suis prêt à couper les liens avec ma famille, à changer de milieu, à te suivre où tu veux. On ne pourrait pas travailler sur ces enjeux ensemble?

L'INITIÉE (*pense*). J'ai le cœur chamboulé. Il a peut-être raison. Je me mets en situation. Est-ce que j'ai envie qu'il me suive où je veux aller? Je me sens envahie.

L'INITIÉE (*nomme*). Je me sens envahie. si je t'imagine avec moi là-bas. J'ai le sentiment que tu t'accroches à moi.

PÈRE. C'est par amour que je peux avancer, c'est parce que je t'aime que je fais le chemin. C'est grâce à l'amour qu'on avance. Si tu n'es pas là, je ne pourrai pas faire ce chemin. Parfois, j'aurais envie de tout *crisser-là*, de devenir un itinérant.

L'INITIÉE (*se dit intérieurement*). C'est grâce à l'amour qu'on avance! Ça me rentre dans le cœur. En même temps, je vois la manipulation avec sa menace d'itinérance. Il veut me faire peur avec son passé de toxicomane et sa fragilité. Je n'embarque pas là-dedans.

L'INITIÉE. Je ne peux pas. Tu dois d'abord sauter du nid, sinon il y aura toujours une mère entre nous. Moi aussi, j'ai à prendre mon envol. Nous avons tous les deux cet enjeu, j'ai à couper avec le Père, j'ai pas mal travaillé là-dessus l'an dernier et je n'ai pas terminé. Je ne veux pas reprendre en ce moment.

PÈRE. On ne pourrait pas faire ce saut ensemble?

L'INITIÉE (*se dit*). Saute et viens me rejoindre, puis, je pense : « Je suis en train de l'inciter et je ne sais même pas si une fois cette étape franchie, j'aurai le goût de reprendre ».

L'INITIÉE (*nomme*). Non, ce n'est pas possible, ça ne serait pas un vrai saut. Je suis ailleurs. J'aurais l'impression de retourner dans le passé, de répéter les mêmes erreurs. Je ne suis plus là.

PÈRE. Est-ce que tu as une relation avec quelqu'un d'autre? As-tu un amoureux?

L'INITIÉE (*pense*). Je savais qu'il me poserait cette question. J'ai commencé une autre relation. C'est très nouveau et je ne sais pas où je m'en vais avec cela. Je peux le perdre, en même temps, je ne veux pas mentir.

L'INITIÉE (*avoue*). Oui, j'ai ouvert la porte à quelqu'un dernièrement. C'est nouveau et je ne sais pas où je vais avec cette relation, mais elle me permet de prendre de la distance par rapport à nous et de mieux comprendre certains enjeux présents. J'ai commencé cette relation alors que tu faisais ton exposition de peinture avec ta gérante. Je me suis demandé si c'était par vengeance, mais là je vois que cette relation me fait aussi du bien.

PÈRE. Tu peux faire ce que tu veux, je vais t'aimer quand même. On ne peut pas s'enlever l'amour du cœur, il est là. Je vais toujours t'aimer quoi qu'il arrive et je serai là pour toi si tu as besoin. Je vais aussi regarder comment je peux travailler sur ce que tu me dis.

L'INITIÉE (*pense*). Je suis surprise de sa réaction, en plus, il me répond correctement. Rien à redire. Mais en même temps, je ne suis pas capable de lui dire que je vais être là pour lui. Je ne veux pas ouvrir la porte à trop de demandes de sa part.

L'INITIÉE (*ajoute*). Moi aussi, je vais être là, en lame de fond.

L'INITIÉE (*écrit au lendemain de sa rencontre avec son ancien amoureux*).

Je prie pour être comme la brise du vent, caresser les cœurs et les gens. Le vent n'a pas de frein, il glisse, passe à travers, contourne, joue de la flûte dans nos maisons en hiver. Je suis un vent. Mon amoureux je t'aime, mais pas maintenant, notre maison est en hiver. Je la contourne doucement. J'ai besoin de découvrir d'autres cieux et de souffler sur un autre bien-aimé. Nos vents alliés ont été tourmentés et j'ai besoin de sortir de la tourmente. (26-08-09)

GRAND-MÈRE. Quand on tombe en amour c'est parce qu'il y a une réparation possible dans ce lien, il y a une intelligence qui permet la rencontre. L'amour est un partage et l'on ne doit jamais perdre de vue son amour propre. C'est la croyance que l'amour ne peut exister que par l'autre qui est notre perte. Cultiver en soi l'amour comme la mère face à son enfant, nous ramène à cette essence première et à la rencontre possible de l'autre.

PASSEURE. Quand on est juste dans le cœur, on manque de réalisme. Avec le cœur ça prend aussi l'esprit.

### **3.19 SCENE 19 : RETOUR AVEC DES ALLIES SUR LA TENTATIVE DE RETOUR DE L'EX-AMOUREUX (PERE)**

**Mise en situation :** *L'Initiée, suite à sa rencontre avec son ex-amoureux parle de la situation vécue avec sa famille d'Alliés afin de mieux comprendre ce qu'elle vit à travers ceci et être éclairée dans ses angles morts.*

ALLIÉ 1. Je ne suis pas sûre de bien comprendre le contexte, est-ce que tu pourrais mieux nous décrire dans quelle circonstance ce Père a voulu reprendre sa relation amoureuse avec toi?

L'INITIÉE. La relation avec ce Père a été passionnelle. Elle a duré six ans avec son lot de montagnes russes, d'amour fou, de déchirements et de multiples ruptures. Nous nous sommes quittés il y a environ un an et, depuis ce temps, il est revenu à quelques reprises pour que nous reprenions notre relation.

C'est un peintre. Il a une gérante depuis un an et demi qui s'occupe de sa carrière. Il a une relation plutôt ambiguë avec elle. Elle est amoureuse de lui. Il dit ne pas avoir de liaison avec elle, mais elle occupe une grande place dans sa vie. Il m'a quittée deux fois pour retourner avec son ex-femme (qui consacrait sa vie à s'occuper de lui) et à notre dernière rupture, c'est avec sa gérante qu'il a passé le plus clair de son temps. Je n'aime pas qu'il vienne me demander de reprendre avec lui, alors qu'il y a sa gérante, à côté de lui, qui n'attend que ça. Et, il laisse cette situation perdurer. Malgré cela, il y a quelques semaines, je lui ai dit oui, que j'étais ouverte à la possibilité de reprendre avec lui, mais que nous devions voir comment. Nous nous sommes entendus pour nous revoir plus tard.

Je ne voulais pas dire oui avant cette rencontre. Je n'aime pas le contexte dans lequel il le fait. Je vois pleins d'enjeux dans lesquels je n'ai pas le goût d'être (celui de la triangulation mais aussi plusieurs autres), mais devant l'amour que je ressens entre nous, je flanche. Au moment où il fait sa demande, il est en train d'organiser un événement avec sa gérante. Ça me blesse parce qu'il n'a jamais été capable de me donner la place qu'il donne à cette femme. Malgré qu'il m'ait souvent dit qu'il aimerait que nous organisions et développions des choses ensemble, il n'a jamais été capable de vraiment m'accueillir chez lui, ni de collaborer à des projets communs, que ce soit chez lui ou chez moi. La dernière fois où j'ai repris avec lui, c'est avec sa sœur qui ouvrait une galerie d'art chez lui. Cela m'enrage puisqu'il ne s'est jamais investi dans celle que je tiens depuis quinze ans. Il me demandait de reprendre avec lui alors que sa sœur n'est pas capable de me sentir. D'un côté, il me manifeste un amour incroyable et de l'autre, il met tous les éléments en place

pour que ça ne fonctionne pas. Je me suis tout de même embarquée dans cette situation, obnubilée par l'amour, les promesses et l'espoir que cette fois-ci ça fonctionnerait.

Malgré l'amour présent, je ne veux pas, à ce moment-ci, reprendre avec lui, mais quand je me retrouve devant lui, j'ai beaucoup de difficulté à garder le cap. Quand je décris tout ce contexte, je réalise que je deviens en colère, mais quand je suis avec lui, je dirige davantage mon attention sur la partie amour, amour, amour afin de demeurer dans cette relation, ou dans le doute, et ainsi éviter la colère et la rupture claire. La réalité avec ce Père est difficile à vivre. J'en viens à me couper du cœur pour ne plus embarquer dans cette relation (abandons, rejets, égocentrisme, etc.). Dans le désir amoureux, il est prêt à tout. Mais mon expérience me dit que les retours avec lui ne sont jamais à la hauteur de ses paroles.

ALLIÉ 1. Pourquoi tu ne nous dis pas le vrai nom de ton ancien amoureux, est-ce que tu pourrais nous redécrire le contexte avec son vrai nom?

L'INITIÉE. Ce choix parle de la distance que j'essaie de prendre face à ce sujet et aussi de mon ambivalence, du doute, de la crainte de me tromper...

ALLIÉ 3. Quelles sont les principales valeurs, ou les croyances, ou les enjeux en présence ou les stratégies utilisées dans la situation que tu nous présentes?

L'INITIÉE. C'est sûr que dans ma vie, j'attribue une grande valeur à l'authenticité. Ce dont je prends davantage conscience avec cet exercice, est la royauté accordée à cette valeur d'authenticité. Si le cœur est présent, le discours authentique, j'oublie tous les autres aspects de cette dynamique relationnelle. Je réalise encore plus que cette façon d'agir a aussi été un mécanisme de défense. Si je ne vois que l'amour du père, je ne suis pas blessée par toutes les absences, l'envahissement, le rejet une fois l'objet utilisé...Il y a une dichotomie entre le bon et le mauvais, soit, il est déifié soit c'est la perte du lien, la mort de la relation, ma mort. Je peux bien avoir de la difficulté à mettre un terme clair si dans ma psyché perdre le lien au Père signifie que je suis en danger de mort. Être dans l'amour m'a aussi protégé de ma colère et de la croyance galère que si je suis ferme je perds le lien. La



stratégie utilisée est l'authenticité ainsi que de m'appuyer sur la réalité. Au départ, je glisse rapidement vers l'obnubilation amoureuse puis, je me ramène à la réalité, aux faits. Cette stratégie est nouvelle et chancelante, c'est pourquoi à la fin, je dis que je suis dure, je ne m'assume pas vraiment dans cette nouvelle posture.

ALLIÉE 6. J'ai vu ta souveraineté apparaître au cours de ce dialogue. Au départ c'est davantage la victime qui est présente, celle qui croit que l'amour peut tout résoudre, puis tu te rappelles les faits et dit non. Tu t'es levée debout et tu as osé t'affirmer. Ce n'est plus juste le cœur qui te mène, la raison a aussi sa place. Il y a un sujet qui décide, c'est ça la souveraineté de l'être. Tu peux te tromper, ce n'est pas ça qui compte, être souverain c'est aussi accepter de se tromper.

PASSEURE. Fais tes choix ou meurs!

L'INITIÉE (*pense*). Ouf! Quelle injonction! Je réalise que ma réflexion tourne autour d'une réelle prise de pouvoir en moi, accueillir la guerrière et accepter que la réalité soit aussi parfois cruelle. Je dois accepter qu'on ne puisse pas passer à travers la vie sans être blessée! Fais tes choix ou meurs, cette parole peut paraître dure et manquer de nuance, mais en réalité, c'est aussi vrai que si, dans ma vie, je ne fais pas de choix, je suis morte. C'est une parole de guerrière, de femme souveraine. C'est ce que je cherche à intégrer.

ALLIÉE 7. Moi, je vois aussi plusieurs étapes de la mauvaise influence en relation, avec des stratégies utilisées en marketing. J'en vois quatre dans la situation que tu nous présentes : Un : la rareté, quantité limitée - téléphonez maintenant sinon il sera trop tard. Deux : les promesses d'ivrognes ; je sais que je ne suis pas un cadeau ; je suis prêt à changer... Trois : les menaces - je vais devenir itinérant. Quatre : vous n'avez pas d'argent maintenant? Vous allez pouvoir l'acheter tantôt ; l'offre est toujours là.

L'INITIÉE. Hum! Ça m'aide à mieux voir les tactiques de manipulations présentes. J'en voyais certains aspects, mais me le faire dire par quelqu'un de l'extérieur m'aide à valider cette dimension de la relation et à en voir les ramifications. Merci.

### 3.20 SCENE 20 : SUIVI AVEC UNE MERE

**Mise en situation :** *L'Initiée s'entretient avec une Mère sur la tentative de retour de l'amoureux et différents rêves et dessins qu'elle a faits pour tenter de mieux saisir son expérience.*

MÈRE. Je vois plusieurs triangulations présentes à travers cette expérience avec la mère, la sœur, la fille... Il y a un surinvestissement de la relation avec le père. Ta relation au père est excluante face à la mère et dans ton exemple, face à toutes les femmes. Tu es en opposition non seulement face à l'aspect de la mère en toi mais avec tout autre symbole féminin externe. Dans ton enfance, la mère n'était pas dans son pouvoir et ne pouvait te protéger de ce surinvestissement. Aujourd'hui, en quête de ton pouvoir personnel, à partir d'un féminin blessé depuis la dynamique relationnelle première avec une figure masculine structurante, à savoir le père, tu vis un contexte amoureux trouble.

L'INITIÉE. J'ai fait un rêve troublant récemment : Je dors. Pendant mon sommeil, je crie, je hurle ma douleur dans la nuit. Je ne veux plus être abusée. Au réveil, dans mon rêve, je réalise que je suis couchée sur un fauteuil inclinable dans un salon, ma mère est sur un fauteuil en face de moi. Je croyais que j'étais seule. Je suis mal à l'aise d'avoir tant crié. Je lui demande si elle m'a entendu pendant la nuit. Elle ne m'entend pas. Je suis stupéfaite, elle n'entend pas ma question; je la répète. Elle me dit qu'elle n'a rien entendu. Pourtant, j'ai hurlé comme une déchaînée. Je n'en reviens pas. Elle fait comme si de rien n'était.

PASSEURE. Et si le problème était avec la Mère, celle qui n'entend pas et ta mère intérieure aussi que tu n'entends pas. Je t'entends te dire : « Ma Mère ne me voit pas. Je me sens coupable et je crois que tout est de ma faute ». Tu as honte d'aimer, et tu te sens fautive, coupable, et tu as peur d'être vue aimant le père.

L'INITIÉE. C'est vrai, je ne veux pas être dans le rôle de la mère qui pour moi est enregistré comme celui de la servante, celle que l'on rejette. Si je veux être aimée, je dois rejeter la mère. Au départ, je voyais davantage que ce Père mettait continuellement une

Mère dans la relation, mais je ne réalisais pas que de mon côté, je participais par ma division interne à cette dynamique. Dans mon enfance, mon père ne savait pas tenir une distance saine avec sa fille, et la mère n'était pas non plus dans son pouvoir. Elle ne pouvait pas me protéger de cette relation. La Mère ne me voit pas. J'ai honte d'aimer le père. Je me sens fautive, coupable, pour pouvoir aimer, je ne dois pas être vu de la mère. J'ai aussi réalisé que je crois que si ma mère ne me voit pas, c'est parce que je ne suis pas suffisamment attentive à elle.

PASSEURE. La voie vers le pouvoir personnel est dans la réhabilitation du féminin, dans la réconciliation avec les autres femmes, dans la sortie de la compétition pour l'amour d'un homme.

*Quelques temps plus tard, l'Initiée fait un rêve et continue son cheminement introspectif.*

L'INITIÉE (*écrit son rêve*).

Ma Mère vient chez moi, lorsqu'elle part, je réalise qu'elle a laissé des bouquets de fleurs et de branches un peu partout. Je me couche et me réveille en sursaut lorsque je réalise qu'il y a une grosse maison qui s'est construite derrière chez moi et me cache une partie de la vue. Ils ont aussi installé des pylônes électriques. C'est pour la voie ferrée. Eux, je ne sais pas s'ils sont vieux ou neufs. La peinture semble fraîche, à moins qu'ils aient seulement grossi les pylônes. Je ne sais pas trop.

TÉMOIN. Pourrais-tu me donner un titre pour ce rêve?

L'INITIÉE. Il me vient différentes possibilités : Je suis envahie dans ma cour et je ne sais pas différencier l'ancien du nouveau. Je suis envahie et je ne parle pas.

TÉMOIN. Est-ce qu'il y a des symboles dans ce rêve qui t'interpellent?

L'INITIÉE. Oui, il y a les pylônes électriques. J'ai fait une marche de médecine, il y a environ un an. Je suis partie dans la forêt, ne connaissant pas la destination, mais je savais que cette marche était particulière, et que j'allais marcher jusqu'à ce que je sente que j'étais arrivé là où je devais aller. Après plusieurs kilomètres de marche, je suis arrivée à de gros pylônes électriques. Rendue là, je savais que j'étais arrivée à destination, que c'était le but.

de ma marche. Ce que j'ai entendu à ce moment-là est que j'allais rencontrer la source. J'arrivais à la source du problème.

ALLIÉE 5. C'est bizarre. Dans mes oreilles, aller à la rencontre de la source, me semble différent d'aller à la source des problèmes.

L'INITIÉE. C'est vrai. je ne connais pas trop le sens de cette expérience, mais elle a été marquante. Quand j'ai vu le pylône, sa grosseur et l'immense ressort autour du fil, j'ai eu le sentiment de quelque chose de saisissant, voire épouvantable, stupéfiant. Ce n'était pas joyeux ou extatique. Alors, de quelle source s'agit-il au juste? Je ne sais pas trop. Ces temps-ci, c'est un symbole qui m'interpelle non seulement dans mes rêves, mais aussi quand j'en vois, comme si je tournais autour de la source. J'en suis proche. Dernièrement, lorsque j'ai accompagné une mère à l'hôpital, ces pylônes étaient présents, plus manifestes qu'à d'autres moments. Dans ce temps-là, je prends ces symboles en notes sans tout comprendre.

PÈRE. Moi, ce qui me surprend, c'est que la mère laisse des bouquets de fleurs et cela semble occulté dans ton analyse.

L'INITIÉE. C'est vrai, je ne me suis pas du tout arrêtée là-dessus.

TÉMOIN. Quel lien fais-tu avec ta vie courante?

L'INITIÉE. Au moment où je fais ce rêve, j'ai des gens qui emménagent chez moi pour l'hiver. Il est entendu que nous allons cohabiter pour la première partie de leur location. Leurs façons de s'installer est plutôt envahissante.

TÉMOIN. En faisant ce lien avec ta vie courante, quelle action pourrais-tu entreprendre?

L'INITIÉE. Je décide de demander une rencontre à mes colocataires pour que nous ayons une discussion sur nos lieux de vie communs et privés.

TÉMOIN. Quelle piste dégages-tu de ce rêve pour ta vie?

L'INITIÉE. La source du problème est de ne pas parler lorsqu'il y a envahissement. Je dois distinguer l'ancien du nouveau. Reconnaître l'ancien agir sur le nouveau.

MÈRE. Parfait

*L'Initiée demeure avec un sentiment d'incomplétude suite au travail sur ce rêve et décide de dessiner puis de partager ce travail avec des Alliés :*



Dessin 4 : Mère inquiète qui ne peut pas parler

TÉMOIN. Quel titre donnerais-tu à ce dessin?

L'INITIÉE. Mère inquiète qui ne peut pas parler.

TÉMOIN. Pourrais-tu me décrire ton processus?

L'INITIÉE (*décrit par où elle est passée en faisant ce dessin et ce qu'elle en perçoit*). Mère qui voit, regard ahuri devant une forme attendrissante qui ressemble à un phoque. La mère se pose des questions sur ce qu'elle voit. Le doute l'empêche de parler. Au début, le visage

de la mère est une tête de serpent, une langue sortie qui veut du plaisir. La forme noire me fait aussi penser au canal utérin avec les ovaires. Ce que je ressens est de la douleur et de la mort. Le zigzag rouge, bleu et orange semble être un cri, je ne sais pas à qui il appartient. Il est entre la mère et l'enfant (forme noire). Les traits rouges dans les cheveux sont du plaisir dirigé vers la forme noire. La mère est inquiète du plaisir vécu par la forme noire (ce n'est pas correct).

ALLIÉE 7. Dans ce rêve et dans ce dessin il y a plusieurs occurrences autour du thème de la parole. Tu dis à différents endroits : « Je suis envahie et je ne peux pas parler, mère inquiète qui ne peut pas parler, le doute qui empêche de parler, le problème est de ne pas parler ».

ALLIÉE 4. Je préciserais le thème en disant qu'il y a inhibition de la parole, ou une parole emprisonnée voire empêchée.

ALLIÉE 6. Moi ce qui me surprend, c'est qu'au niveau de ta parole intérieure il n'y a pas de doute. Lorsque tu vas faire ta marche de médecine, tu dis : « ...mais je **savais** que cette marche était particulière et que j'allais marcher jusqu'à ce que je **sente** que j'étais arrivée là où je **devais** aller. Après plusieurs kilomètres de marche, je suis arrivée à des gros pylônes électriques. Rendue là, je **savais** que j'étais à destination. C'était le but de ma marche. Ce que j'ai **entendu** à ce moment-là est que **j'allais rencontrer la source**, j'arrivais à la source du problème. » Et c'est avec ta parole dirigée vers l'extérieur que cela semble bien différent.

ALLIÉ 1. Je trouve qu'il y a un savoir-faire intéressant dans tes données. Tu mets en liens des symboles de ta vie, de tes rêves, des dessins. Tu dis : « Je prends ces symboles en notes sans tout comprendre ». Il y a là une aptitude à reconnaître.

### 3.21 SCENE 21 : COMPETITION FEMININE

**Mise en situation :** *L'Initiée, dans son désir de mieux comprendre comment elle contribue à la compétition féminine, évoque différents moments, échange avec d'autres, réfléchit, écrit, peint, poétise afin de progresser vers son intention de réconciliation.*

L'INITIÉE : J'ai fait un rêve, dernièrement, où je dis à des femmes jalouses de ma vitalité et de ma liberté, que si elles ont des problèmes de couple, je ne suis pas d'accord pour qu'elles m'utilisent comme cible.

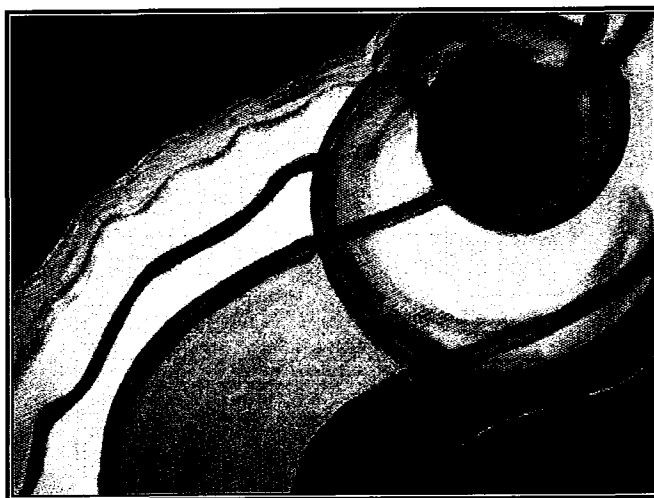
PASSEURE. Je ne suis pas sûre que le problème transgénérationnel que tu as soit avec ton père. Les transmissions morbides que tu as eues, c'est davantage avec ta mère qui n'avait pas de relation avec son mari, ni avec elle-même. Elle ne s'assoyait pas dans son propre pouvoir et n'était pas capable d'établir des limites pour conserver le lien. Je fais l'hypothèse que tu ne regardes pas au bon endroit. Dans ta souffrance amoureuse et dans ton imaginaire de femme, le Père a saturé tout ton espace psychique et tu oublies la Mère et les Sœurs. Ce que tu veux c'est devenir une femme. Quel est le modèle féminin que tu as? Il me semble qu'une femme qui n'a pas encore accueilli sa Mère ne peut pas s'accueillir elle-même. Tu compétitionnes avec ton propre féminin et c'est la face cachée de Dieu qui est aussi féminin! Tu compétitionnes avec ton propre divin intérieur quand tu fais cela. De la même manière que tu compétitionnes avec ta Mère, tes Sœurs et les femmes de ton rêve.

L'INITIÉE. Cette remarque a l'effet d'un coup de poignard. Je reste avec le sentiment que ces femmes dans mon rêve ne veulent pas que je m'en sorte. Il me semble que lorsque je fais quelque chose, ce que l'on veut c'est me le soutirer au lieu de m'encourager.

GRAND-MÈRE. C'est aussi ce que tu me disais avoir vécu avec ta mère et d'autres femmes.

L'INITIÉE. On dirait que j'essaie de faire mieux que ma mère, de réussir là où elle n'a pas réussi. Pourrais-je simplement vivre ma vie? Il n'y a pas si longtemps, j'écrivais au sujet d'une Mère : « Même si je donne mon meilleur, elle ne me voit pas, pire je deviens une

menace et j'ai le sentiment d'être mise au pilori pour ne pas avoir la place à côté du père. Il n'y a rien à faire, je me coupe de mes élans créateurs, je me bute toujours au même obstacle, ça ne donne rien d'essayer de performer, je deviens une menace à abattre. Je ne réussirai jamais. » J'ai aussi fait un dessin lors d'une rencontre de femmes dernièrement où je vivais des choses similaires à ce que je viens de raconter. J'ai le goût de le partager avec vous. Je l'ai intitulé : Rencontre de femmes.



Dessin 5 : Rencontres de femmes

TÉMOIN. J'observe que tu fais des lignes ondoyantes. Une sensualité est présente et je t'ai entendu avoir une gêne à la vue de pensées obscènes. Tu te disais : « Je vais faire mieux qu'elles ». Quel rôle a cette compétitrice dans cette assemblée de femmes? Au lieu d'en être gêné pourras-tu la mettre au service de la relation? Tu la rejettes, et si tu la laissais prendre du leadership au lieu de l'étouffer de tes mauvaises pensées. Voilà les ingrédients que je vois mijoter dans la marmite du plat que tu as concocté.

L'INITIÉE. Il me semble qu'il y a un lien à faire avec l'aspect compétitif dont je parlais ci-dessus. Et si cette compétition m'empêchait de me rencontrer, de descendre plus profondément en moi? La compétition amène un mouvement vers l'extérieur au lieu d'un ancrage et d'une expansion à partir de ce lieu. C'est un manque de confiance, la croyance que je n'y arriverai pas. Je vois qu'il y a une petite fille à récupérer en ces lieux. C'est elle



que je ne peux pas voir quand j'embarque dans ce mouvement. Celle qui a besoin d'être vue, qui n'y arrive pas, qui est déçue. Je te vois petite. Je suis là. Je t'aime. Elle a trois ou quatre ans. Je la tiens par la main, et je salue cette belle assemblée de dames.

PASSEURE. Là tu es ton hôte et tu peux rencontrer l'autre.

L'INITIÉE (*se souvient d'un autre moment vécu plus tôt*).

Je suis avec un groupe et j'écris sur ma problématique. Je parle du rejet que je peux vivre avec certaines femmes, et du sentiment que cette mise au bûcher remonte à plus loin qu'à mon histoire familiale de femmes compétitrices afin d'avoir les faveurs du père. À la pause, je descends l'escalier avec deux Alliées et nous échangeons sur différentes expériences. Je vois passer en coup de foudre ma saboteuse. Elle me dit : » C'est complètement dingue ce que tu as écrit, ça n'a pas rapport, tu fouilles beaucoup trop loin, tu t'inventes des histoires. » Comme un coup de poignard bien effilé, cette remarque me blesse, me déstabilise et me fait douter de ce que j'ai écrit. Quelques instants plus tard, je communique ce doute à une des Alliées. Elle me dit qu'au contraire, elle trouvait très intéressant le lien que je faisais avec cette mémoire collective de sorcières mises au bûcher. Cela me rassure. Je ne suis pas folle.

ALLIÉE 9. Quels liens y a-t-il entre les difficultés amoureuses décrites dans ta problématique et le concept de sorcière?

L'INITIÉE. Cet événement est assez subtil et, en l'écrivant, la similarité avec le sujet précédent me frappe. Je réalise que peu importe que ce soit face à mes relations au féminin ou au masculin, le sentiment de rejet me fait perdre pied. À cet égard, je faisais aussi une observation intéressante dans mon cahier d'écriture. Je me rendais compte que dans mes moments d'expansion, de lumière, je pouvais devenir autosuffisante, rejetante face aux parties de moi plus fragiles. Comme si je croyais qu'enfin c'était réglé, que j'en avais fini avec la vulnérable! Incroyable tout de même que je puisse me rejeter sans l'aide de personne. Tous ces moments sont des occasions où je peux perdre mon pouvoir. Ainsi, je vois que dans mon projet de réappropriation, je dois faire plus attention à ce sentiment de rejet.

L'INITIÉE (*écrit suite à ces prises de consciences*).

Je vois que lorsque je suis dans l'expansion, je rejette ma partie blessée, comme si enfin elle n'existait plus. Je vois la division que je crée, l'inacceptation de l'ombre et le désir de toute puissance. Je me sens mère qui porte un enfant à protéger dans son cœur. Je prie pour rester présente à ces différents aspects de moi, d'ombre et de lumière et d'en être la mère.

Un roselin vient chanter  
dans l'arbuste voisin,  
je ne le vois pas,  
Mais je sais qu'il est là.

Alors que comme le roselin  
j'entende toujours ta voix  
même si je ne te vois.

Que je sois mère porteuse !

La mère en soi,  
si elle n'est découverte,  
devient l'amer en soi.

Je prie pour te porter enfant de Dieu,  
du Père et du Saint Esprit,  
qui ouvre sur plus grand que soi,  
et la Mère qui reste touchée,  
par ce qu'elle voit.

Je prie pour aimer les deux,  
me permettre les deux,  
sans oublier l'autre,  
danser la valse des amoureux.

PASSEURE. Développer la mère en soi, sinon elle devient l'amer en soi, c'est beau. Développe ce regard pour le papillon à naître, on ne se « garroche » pas partout avant un accouchement. Tu dois en faire autant. (29-09-09)

### 3.22 SCENE 22 : QUETE DE LA FEMINITUDE

**Mise en situation :** *Assise chez elle, consciente de ce qu'elle essaie de transcender, l'Initiée écrit et fait une prière d'intention face à la direction qu'elle veut donner à sa vie :*

Je prie pour reprendre contact avec la Mère en moi, je te prie et je te scande, je renseigne la terre de mon choix. Je réveille les grands-mères, ancêtres, femmes sauvages de mes pas. Je prie pour toutes les femmes qui ne savent pas se relier, je prie pour être en paix face à celles-ci, je connais leurs combats, je prie pour voir au-delà et permettre la rencontre. Je reconnais à la fois la force et les limites de ces femmes, je me reconnais, je suis aussi des leurs. Je prie pour l'ouverture du cœur, ce sont mes sœurs, ma famille, mon sang. Je suis femme et fière de l'être. J'appartiens à une communauté et je la reconnais. C'est avec ce devenir femme en communauté que j'ouvre cette journée.

Je commence à voir la Belle au bois dormant qui se prépare à l'éveil, dans celui-ci elle doit faire appel à sa force intérieure. Femme sauvage qui fait son territoire, je t'appelle, permet moi de me mettre au monde, de crier, de hurler, de m'habiter, d'aller dans mes racines profondes, non pas pour plaire mais pour m'exprimer avec vigueur, de m'affirmer. Merci à tous ceux qui sont sur mon chemin avec qui le théâtre familial se rejoue, que je peux conscientiser et transformer. Je prie pour sortir de l'inconscient parental que je porte autant celui du Père que de la Mère.

TÉMOIN. Quelle fonction la prière a-t-elle pour toi?

L'INITIÉE. Quand je prie, j'écoute ce qu'il y a de plus intime dans mon cœur, l'essentiel que je porte à ce moment-ci de ma quête. Je me permets de l'entendre et de le porter pleinement tout en me reliant à la fois aux femmes qui sont déjà passées par là et à celle qui, comme moi, recherche cette réconciliation.

TÉMOIN. Cela semble important dans ta quête de te relier?

L'INITIÉE. Je me souviens des paroles du passeur, au début de cette initiation, qui me disait que l'utopie des occidentaux c'est qu'on croit devoir s'en sortir seule. Je suis en accord avec cela, mais dans l'épreuve, je peux glisser dans mes croyances de fond où je me crois seule. Je sais que c'est faux. Je le sais mentalement. À ces moments-là, j'essaie, par la prière, de transcender cette croyance. J'ai aussi l'expérience de la reliance, j'ai vécu des

moments d'union où je sentais que je faisais partie du tout, de la nature, de la vie, c'est sur cette connaissance que je m'appuie lorsque je prie.

TÉMOIN. Est-ce que le fait de prier change quelque chose à ton expérience?

L'INITIÉE. Je me sens plus ouverte à la vie, c'est comme si, au niveau cellulaire, au lieu de me sentir emprisonnée, prise dans un système, lourde, j'ouvre et je ressens de la lumière dans mon corps.

Passeure (*cite un passage de Krisnamurti*).

Il faut être à soi-même sa propre lumière. Cette lumière est la seule et unique loi : il n'en existe pas d'autre. Toutes les autres lois émanent de la pensée et sont donc fragmentaires et contradictoires. Être à soi-même sa propre lumière, c'est refuser la lumière d'un autre, si raisonnable, si logique, si exceptionnel si convaincant soit-il. Vous ne pouvez pas être votre propre lumière si vous êtes plongé dans les ténèbres de l'autorité, des dogmes, des conclusions hâtives. (Krisnamurti, 2000, p.8)

### 3.23 SCENE 23 : LA QUETE AMOUREUSE VERSUS LA QUETE DE L'ABSOLU

**Mise en situation :** *L'Initiée est dans de grands changements, elle déménage et quitte la région d'un ex-amoureux, son cœur est grandement ébranlé et elle échange avec elle-même et un auteur sur sa compréhension de l'amour et sa recherche du divin, de la lumière.*

L'INITIÉE (*écrit*).

Ce matin, j'ai le cœur qui pleure. Je déménage, je quitte un père, je suis dans le deuil de ce père que j'ai tellement aimé et dans le deuil de la quête de l'absolu que j'ai faite à travers lui. J'ai une peine immense. Je prie pour que cette quête à travers l'autre cesse, pour que je cultive mon jardin intérieur, pour que j'aie une foi absolue en moi. Je prie pour que mon déménagement dans ce nouveau lieu me serve en ce sens. Dieu, j'ai tellement cherché à travers l'homme, est-ce que je dois faire le deuil de la quête de l'absolu? Je croyais qu'en étant dans l'absolu, dans l'illumination, je pourrais rencontrer mon alter égo et qu'il n'y aurait plus d'obstacles à cet amour. Le but n'était pas d'être dans l'absolu mais de rencontrer l'autre par celui-ci.

OSHO. Vous ne pouvez pas tomber amoureux si vous êtes vigilant. Tomber amoureux, c'est encore un péché. Vous pouvez aimer bien sûr, mais ce ne sera pas alors une chute, ce sera une élévation. Pourquoi utilise-t-on l'expression *tomber amoureux*? Parce qu'on tombe, c'est une chute. On ne s'élève pas. Encore une fois, lorsque vous êtes conscient, vous ne pouvez pas tomber, même pas tomber amoureux. Ce n'est tout simplement pas possible.

Avec la vigilance, vous ne pouvez que vous élever en amour. Et s'élever en amour est un phénomène complètement différent de ce qu'on entend par tomber amoureux. Tomber amoureux est une espèce de rêve. C'est pourquoi on reconnaît les personnes qui sont amoureuses rien qu'en regardant leurs yeux : ils sont plus endormis, plus intoxiqués, plus rêveurs que ceux des autres. Il y a une sorte de sommeil dans leurs yeux. Ceux qui s'élèvent dans l'amour sont dans une expérience très différente. Vous pouvez voir qu'ils ne sont plus dans un rêve, ils font face à la réalité et grandissent avec. » (Osho, 2012 p.48-49)

L'INITIÉE. Je peux donc conserver ma quête de l'absolu. En fait, ma quête doit en être une complètement interne. Je ne dois pas avoir le désir d'y amener ou d'y rencontrer qui que ce soit. C'est complètement personnel.

OSHO. En tombant amoureux vous restez un enfant; en « montant en amour » vous devenez mature. Et petit à petit, l'amour n'est plus une relation entre deux êtres, mais simplement un état d'être. Ce n'est plus que vous aimez ceci et n'aimez pas cela. Non, vous êtes simplement amour. Vous partagez cet amour avec tous ceux qui s'approchent de vous sans distinction. Quoiqu'il arrive vous l'accueillez avec amour. Vous touchez alors un rocher comme si vous touchiez le corps de votre bien-aimée. Vous regardez l'arbre comme si vous regardiez le visage de votre bien-aimée. À ce stade, vous n'êtes plus amoureux, vous êtes amour; c'est un état d'être. (Osho, 2012 p.49-50)

L'INITIÉE. Je prie pour l'union, que je puisse à la fois avoir un projet amoureux et une quête spirituelle, que ce ne soit pas l'un ou l'autre que les deux puissent co-exister en moi, comme la mère et le père de ma trinité interne.

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Je prie pour rester dans mon cœur et émaner cette présence. Je prie aussi pour trouver la façon de rester dans mon cœur en relation, un éclat de soleil sur l'île Saint-Barnabé, voilà la façon. Les étourneaux « virailent », deviendront-ils comme les corneilles mes amis, voir au-delà du plumage ce qui nous relie? Je me roule dans l'amour comme dans la houle de la mer. La lumière éclaire la surface glacée. Mon cœur est comme une fleur qui s'épanouit. Les oiseaux piaillent et me font penser au nid. Je vais les voir au sol et ça fait peur, un film de Hitchcock, *Les oiseaux* que j'aurai à apprivoiser. Passer dans la peur pour me mettre au monde. Le ciel se couvre ici. Le temps a l'air d'arriver de l'ouest. Merci pour cette belle matinée et pour cette rencontre sacrée.

PASSEURE. (*cite Krishnamurti*) « L'esprit doit être capable d'affronter seul les événements et d'être à lui-même sa propre lumière. » (Krishnamurti, 2000, p.10)

### 3.24 SCENE 24 : UN DEMENAGEMENT QUI PERMET UN PAS DE PLUS

**Mise en situation :** *L'Initiée discute de ses différentes prises de consciences qui émergent suite à son déménagement.*

L'INITIÉE. Ça y est! Je suis déménagée. J'ai le cœur joyeux! En fait, une chose évolue profondément dans ce changement, c'est l'autorisation d'agir que je me donne, comme si, depuis la séparation de mes parents à treize ans, je m'étais enlevée cette liberté, retranchée dans un je ne peux pas. J'ai le sentiment de me libérer d'une entrave profonde, la peur de me désintégrer. Mon impression est que je suis comme un immense bloc de béton au fond du fleuve et que j'ai réussi à bouger d'un millimètre. C'est une grande victoire. Je bouge d'un lieu de résistance profonde et je ne meure pas. Je deviens plus libre.

MÈRE. Magnifique!

L'INITIÉE. Un bateau rouge est passé devant mon nouveau logis. J'ai le sentiment, à travers lui, que mon père est venu me visiter. J'ai déménagé et il est toujours là. Comme si déménager était associé à la perte du père. De là l'impossibilité de bouger. Tant de

mélancolie, pendant tant d'années pour une peur qui nous sidère, nous empêche de bouger et finalement tout cela n'est qu'illusoire. Je suis fascinée par l'emprise de notre psychisme sur notre liberté. Je me sens comme une exilée. Exilée de ma famille pour me construire. Un exil qui se poursuit et me construit. Plus je quitte (mari, entreprise, amis, maison, pères, etc.) plus je me trouve.

ALLIÉE 11. Pour ma part, c'est lorsque j'ai consenti à perdre mes repères que j'ai rencontré Dieu, l'immanence.

L'INITIÉE. Finalement nos quêtes, quoique différentes, se ressemblent.

PASSEURE. On doit tous lâcher quelque chose d'enregistré comme essentiel à notre survie pour se remettre au monde un peu plus à chaque fois.

L'INITIÉE. J'ai vécu une expérience particulière que j'aimerais partager avec vous : Je suis couchée dans mon lit, je lis un livre sur les anges qu'une Alliée m'a prêté. L'auteure dit qu'une fois mort nous pouvons choisir de rester auprès de ceux qu'on a aimés pour les aider pendant une période. Cela vient me confirmer les échanges que j'ai eus avec un père pendant quatre ans suite à sa mort. Je pleure. Mon père a été présent pour moi. Je ressens une ouverture dans mon cœur comme si j'avais conservé de l'amertume du fait qu'il soit parti. Je ressens sa présence dans mon cœur. Je l'entends appeler ma mère. Je ressens l'amour qui les unit. Je pleure. Il y a une place pour ma mère avec mon père dans mon cœur. Je suis très émue. Je suis contente de cette réunion dans mon cœur.

J'ai aussi le sentiment que quelque chose bouge au niveau de mon pouvoir personnel. Il y a une différence énorme, comme si avant j'essayais de construire sur du faux. J'ai sorti « celle qui ne peut pas » du placard. C'est comme une naissance, une arrivée au monde, là où je peux. J'ai peur, mais je peux. C'est possible.

*L'Initiée (dessine ce qu'elle ressent). C'est un moyen de voir au-delà des mots ce qui est présent pour elle à travers cette expérience de déménagement.*



Dessin 6 : La femme menhir

TÉMOIN. Je te vois faire des lignes bleues de tristesse, zig zag noir de peur et rouges de plaisir. Tu ne peux pas vivre disent des yeux dans l'eau. Un visage se dessine, se féminise, des racines qui s'étendent au sol, une terre qui prend forme. La femme menhir est une chute d'eau qui pleure, qui pleure pour toutes les femmes qui ne peuvent pas. Elle est celle qui autorise. Elle connaît la souffrance, son eau pleure et son visage autorise. Elle est solide et fluide. Elle pleure et est en paix. Elle est déposée sur un glacier. Elle fait fondre, avec assurance, les dernières résistances. Tu as le droit de vivre, me rassure-t-elle.

ALLIÉE 10. Quel nouveau pas a été fait depuis ces changements?

L'INITIÉE. En réfléchissant au chemin que je viens de parcourir, j'ai senti le besoin de m'excuser auprès de ma petite (mon enfant intérieur) pour l'avoir peut-être quelque peu bousculée dans ce changement. Un matin, après avoir fait un rêve qui me trouble, je ressens de la tristesse. Je suis dans un lieu désagréable, et je me vois vouloir fuir. Dans mon rêve, je ressens de la honte et me sens à l'écart. Je contiens tout cela. J'écris, mais je n'arrive pas à me relier complètement à ce qui est présent. Je me sens divisée. Un peu plus tard, je dessine. Ce qui émerge c'est un sentiment de souffrance puis j'entends: » C'est un lieu



inaccessible, personne n'a jamais réussi à y aller et tu n'y réussiras pas non plus ». Je passe le reste de la journée avec ce sentiment désagréable. Je ne sais pas trop où aller, je voudrais m'échapper de moi-même. Au coucher, je prends un temps d'accueil avec moi-même, en silence. C'est à ce moment, que la petite émerge, elle pleure. Je suis là comme sa mère qui l'accueille. Elle me dit à plusieurs reprises qu'elle n'a pas fait par exprès, qu'elle ne voulait pas faire de mal. Je l'entends, l'accueille et la console. Je lui dis qu'elle n'a rien fait de mal, que je l'aime et que je suis avec elle. Toute la nuit elle dort blottie contre moi. Je la sens physiquement collée en cuillère sur l'avant de mon corps. À quelques reprises durant la nuit, je me réveille. Elle est toujours là. Je la rassure. Je suis avec elle. J'ai donc fait un pas de plus dans ma reliance mère-fille.

ALLIÉE 5. Se faire violence, c'est ne pas être capable d'être proche de sa vulnérabilité.

PASSEURE. À ne pas croire que l'on puisse habiter différentes postures à la fois, on doit se diviser et se camper dans l'une ou l'autre ou plutôt l'une au détriment de l'autre.

L'INITIÉE. J'ai la croyance galère que pour être forte je dois rejeter la partie la plus vulnérable de moi. Je commence à faire différent.

ALLIÉ 2. Qu'est-ce qu'une croyance galère?

L'INITIÉE. C'est une croyance que l'on a introjectée à partir des perceptions que l'on a développées, mais qui ne sont pas la réalité. Je peux, par exemple, porter la croyance que je suis minable, parce que c'est ce que j'ai compris à travers le contexte familial. Très souvent ces croyances sont sous-jacentes, inconscientes.

PASSEURE. Dans le deuil, on devient plus qui on est.

### 3.25 SCENE 25 : UN MOMENT D'EXPLICITATION : LA GARDIENNE DU CŒUR

**Mise en situation :** *L'Initiée est avec une famille. Le père propose que chacun des Alliés choisisse un moment de sa vie où il a su faire, pour ensuite expliciter ce moment. Chacun, en faisant cet exercice, tente de préciser quelque chose pour sa vie, sa quête.*

PÈRE. Je vous demande de laisser monter à votre conscience un moment fondateur de votre vie où vous avez le sentiment d'avoir su faire. On appelle ce moment un *kairos*. C'est un moment décisif, opportun où vous faites le bon geste, au bon moment, où vous avez la *métis*, c'est-à-dire l'intelligence de l'acte. Un moment où, comme le chirurgien, vous posez le bon acte qui fait que vous sauvez une vie, où comme le chasseur qui fait qu'il peut tuer sa proie. Laissez monter un moment, laissez venir à vous ce souvenir et ne jugez pas ce qui vient, laissez-vous revivre ce moment corporellement, comme si vous y étiez, avec les odeurs présentes, la luminosité, les vêtements que vous portiez... Puis écrivez ce moment.

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Je viens de terminer une séance de thérapie avec une cliente où il y a eu plusieurs moments intenses, profonds et plusieurs prises de consciences importantes. Nous marchons ensemble dans un sentier qui mène à sa voiture. Je me sens en pleine présence, ouverte à ce qui est, liée à la nature, la terre, ma cliente. Elle est aussi dans un espace de plénitude. Soudain, elle aperçoit une perdrix devant nous. Je lui dis quelque chose comme « La perdrix, c'est le centre, et c'est là que nous avons été durant notre rencontre ». Après avoir dit ces paroles, une lumière jaillit de mon cœur et émane de mon corps. Je suis liée au-dedans, au-dehors. Je me sens en plein centre de moi-même. Je suis surprise, même un peu gênée du déploiement de cette lumière. Une ombre passe, un questionnement. Je ne suis pas sûre si, à ce moment, j'aide ma cliente. Elle s'en va à sa voiture après des salutations. Je rentre chez moi le cœur rayonnant. C'est un espace sacré.

PÈRE. Vous allez maintenant vous mettre en équipe pour décortiquer ce moment où vous avez su faire. Il y aura un interviewer, un interrogé et un témoin dans chaque équipe. L'interviewer écoute avec tout de lui, et il cherche là où il y a de l'action et ne porte pas son attention sur ce qui est périphérique, c'est-à-dire; le contexte, les jugements, les buts et intentions, pourquoi elle agit ainsi, etc. L'interviewer doit amener la personne questionnée

à cibler un moment de sa description qu'elle veut approfondir, puis il l'amène à évoquer, en ressentant sensoriellement les actes posés avec de plus en plus de précision, afin d'aller chercher la savoir de l'action, ce que la personne a su faire sans vraiment le savoir, pour le conscientiser.

MÈRE. C'est un temps que l'intervieweur accorde pour que l'autre puisse se rapprocher de son expérience. Je le vois comme un cadeau qu'on offre à la personne.

PÈRE. L'entretien d'explicitation permet, comme Roustand le dit, un hypno-thérapeute reconnu, de suspendre la veille restreinte dans laquelle nous vivons normalement, pour s'ouvrir à une veille consciente où tout devient présent. C'est comme lorsque nous regardons un film pour une deuxième fois, nous ne sommes plus pris par l'intrigue, et de nombreux détails peuvent apparaître parce qu'on est plus dans le suspense de l'histoire. L'explicitation permet de passer d'une veille restreinte à une veille généralisée. C'est une forme d'hypnose.

L'INITIÉE (évoque à l'intervieweur son moment et celui-ci l'amène à préciser plus particulièrement, un moment qu'elle voudrait expliciter).

ALLIÉE 8. Quel moment dans ta situation t'interpelle davantage?

L'INITIÉE. C'est le moment où ma cliente voit la perdrix.

ALLIÉE 8. Que vois-tu à ce moment?

L'INITIÉE. Je vois l'expression de joie de ma cliente

ALLIÉE 8. Quand tu vois son expression de joie, que fais-tu?

L'INITIÉE. Je vois le mouvement énergétique de son expression, il part de son centre vers l'extérieur.

ALLIÉE 8. Que fais-tu à ce moment?

L'INITIÉE. Je capte son mouvement énergétique.

ALLIÉE 8. Lorsque tu captes son mouvement, que fais-tu?

L'INITIÉE. Je relie le mouvement énergétique que je viens de percevoir, au symbole de l'animal qui est devant nous et lui dis : « La perdrix c'est le centre, et c'est là que nous avons été durant notre rencontre ».

ALLIÉE 8. Et lorsque tu lui dis cela, que fais-tu?

L'INITIÉE. Je me vois faire un mouvement.

ALLIÉE 8. Quel mouvement fais-tu?

L'INITIÉE. Je frappe du poing au niveau de mon cœur.

ALLIÉE 8. Que fais-tu lorsque tu frappes du poing devant ton cœur?

L'INITIÉE. Je frappe le rythme de mon cœur et je me relie à des savoirs ancestraux. J'entends un rythme de tambours comme chez les Amérindiens. Je me relie à des savoirs que je porte.

ALLIÉE 8. Que se passe-t-il alors?

L'INITIÉE. Je comprends que je suis la gardienne du cœur.

ALLIÉE 8. Est-ce complet pour toi?

L'INITIÉE. Oui.

ALLIÉE 8. Que comprends-tu de l'entretien que nous venons de faire?

L'INITIÉE. J'ai compris ce que j'ai vu chez ma cliente. Je me suis aussi découverte un magnifique geste/ressource, le poing qui bat le rythme du cœur en disant : « je suis la gardienne du cœur ». Cette explicitation a vraiment été une révélation pour moi. D'abord j'ai vu ma cliente avoir un mouvement d'expansion énergétique partant du cœur et c'est à ce mouvement que j'ai répondu. Il me révèle la capacité que j'ai de voir dans l'invisible, mais aussi du rôle que j'ai à jouer dans ma vie.

PÈRE. L'explicitation permet de se rappeler de quelque chose dont on n'était pas conscient la première fois.

PASSEURE. La beauté est quelque chose qui se donne à celui qui voit avec le cœur. Souviens-toi de ce moment. Tu es la gardienne du cœur.

### 3.26 SCENE 26 : PRENDRE SOIN D'UN BEBE

**Mise en contexte :** *L'Initiée est dans sa nouvelle vie avec une famille et fait un autre exercice. Celui-ci lui permet de se projeter dans le futur et d'entrevoir dans quelle direction elle sera probablement interpellée prochainement.*

MÈRE. Nous allons faire un exercice qui est une explicitation du futur. Cet exercice permet de tirer le savoir d'une action futur mais qu'on ne sait pas qu'on sait. Cet outil, développé par Robert Dilts (2008) vient de la programmation neurolinguistique et ça s'appelle l'alignement des niveaux logiques de l'action. C'est une mise en cohérence d'un projet qui nous tient à cœur. Il s'agit de trouver un projet que vous aimeriez faire dans un futur rapproché et à partir de là passer à travers une série de questions qui vous permettront de faire cette mise en cohérence. Mettez-vous en triade pour faire cet exercice.

L'INITIÉE (*s'allie avec deux Alliées et commence l'exercice avec une Alliée qui la questionne sur son projet*).

ALLIÉE 4. Dans quel projet te vois-tu?

L'INITIÉE. J'organise un atelier où le conte est présent. C'est un rituel.

ALLIÉE 4. Dans ta vie actuelle, à quelle question de recherche te relies-tu?

L'INITIÉE. Actuellement ma question de recherche est : Quel est le chemin pour passer d'un féminin blessé à la souveraineté de l'être, à une voie d'unification.

ALLIÉE 4. À quel endroit te vois-tu pour faire ton projet?

L'INITIÉE. Je suis dans mon appartement, avec un petit groupe de six à sept personnes, dans mon bureau de pratique.

ALLIÉE 4. Qu'est-ce que tu veux faire?

L'INITIÉE. Je veux amener chacune des personnes à se déployer dans son cœur.

ALLIÉE 4. Comment?

L'INITIÉE. Je m'occupe de moi, d'être présente. Je fais de la place au partage et au dessin pour que chacun exprime ce qui l'habite.

ALLIÉE 4. Qu'est ce qui est le plus important à ce moment, à quelle valeur te relies-tu?

L'INITIÉE. Ma valeur est la foi en ce qui est présent, s'ouvrir à ce qui est là, se déployer. Le plus important c'est la foi.

ALLIÉE 4 : C'est quoi pour toi avoir la foi?

L'INITIÉE. C'est être relié avec le tout. Je ne suis pas seule.

ALLIÉE 4. Et quand tu es là, qui es-tu?

L'INITIÉE. Je suis l'Initiée dans sa force.

ALLIÉE 4. Et quand tu es l'Initiée dans sa force, à qui es-tu relié?

L'INITIÉE. À mon père

ALLIÉE 4. Et quand tu es relié à ton père quelle est ta mission?

L'INITIÉE. Aimer.

ALLIÉE 4. Et quand tu aimes à qui es-tu relié?

L'INITIÉE. À mon cœur.

ALLIÉE 4. Et quand tu es dans ton cœur, qui es-tu?

L'INITIÉE. Je suis l'Initiée réalisée.

ALLIÉE 4. Quand tu es réalisée, quelles sont tes croyances?

L'INITIÉE. Être profondément touchée par le monde.

ALLIÉE 4. Quand tu es profondément touchée par le monde, quelles sont tes valeurs?

L'INITIÉE. Avoir une attention fine, être respectueuse et délicate.

ALLIÉE 4. Quand tu es profondément touché par le monde, que tu as une attention fine, que tu es respectueuse et délicate, que fais-tu?

L'INITIÉE. Je suis en présence d'un bébé et je m'en occupe.

ALLIÉE 4. À quel endroit es-tu et avec qui?

L'INITIÉE. Je suis dans mon logement, c'est le printemps et je suis avec un bébé.

ALLIÉE 4. Comment c'est de prendre soin d'un bébé?

L'INITIÉE. C'est lumineux et confortable. Je change des couches.

ALLIÉE 4. L'exercice est terminé, qu'est-ce que tu retires de ce travail?

L'INITIÉE. La mise en cohérence permet d'explicitier quelque chose qui n'a pas encore eu lieu. Au premier abord, cela semble assez étonnant et la surprise a été assez étrange aussi. En marchant les étapes de la mise en cohérence, j'ai vu, dans un premier temps, que lorsque je suis reliée à mon père ma mission est d'aimer. Quand je connais ma mission je deviens reliée à mon cœur. Quelle est ma croyance alors? Je suis profondément touchée par le monde et mes valeurs. J'ai une attention fine et respectueuse. Qu'est-ce que je fais? Je prends soin d'un bébé. Là, je suis arrivée à peu près au même endroit qu'une autre de mes Alliées. J'ai l'impression que ce bébé c'est moi. Ce qui est le plus étonnant dans cet exercice est de voir la différence entre l'aller et le retour. Pour ma part, ce qui me rejoint le plus est le lien à mon cœur et ce qui me surprend, me dérange même, est que je me retrouve

à m'occuper d'un bébé. Dans la première partie, j'ai l'impression de faire les choses pour avoir l'admiration d'un Père, mais quand je trouve ma mission, c'est à moi que je deviens plus profondément reliée. J'aime beaucoup cette perspective.

PASSEURE. L'amour ne se perd pas. Ce qui se perd c'est le lien que nous avons avec notre propre cœur parce que nous n'avons pas la foi que l'amour vient de là, du cœur.

### 3.27 SCÈNE 27: DU CONDITIONNÉ À L'INCONDITIONNÉ

**Mise en contexte :** *Toujours avec la même famille de recherche, l'Initiée vit une expérience particulière lors d'une méditation. Elle écrit ce dont elle se souvient de cette expérience et discute avec le groupe de son cheminement de vie et de sa compréhension de ce qui émerge pour elle suite à cette méditation*

L'INITIÉE (écrit).

Je suis avec la famille, un Père, une Mère et des Alliés. Le Père nous parle de son état ce matin-là. À la fin de son exposé, il dit quelque chose que je ne saisis pas trop bien et que je sens important pour moi. Je n'ai pas le temps de le faire revenir sur ce qu'il a dit, car la Mère commence à animer une méditation. Je ferme les yeux, mon mental est agité. Je me dis que je dois parler au Père sur l'heure du midi. Il me semble qu'il y a une clef importante dans ce qu'il vient de dire. Je me vois dans l'angoisse de l'enfant : vouloir m'agripper au Paternel pour le questionner. Je n'écoute plus la Mère, je suis plutôt préoccupée par ce sujet. Je réalise que je ne suis pas la méditation et décide d'y revenir. J'arrive à me concentrer et à être pleinement présente à mon corps, à mes mollets, à mes genoux... Je ressens de la lumière dans mon corps. Elle circule partout. Je me sens comme une sphère d'énergie. Soudain, une idée arrive dans ce cercle, comme un spermatozoïde qui arrive dans un ovule, Je vois l'idée passer puis s'évanouir. Une seconde pensée arrive et vient se coller à mon noyau. Je perds un instant le détachement dans lequel j'étais et m'identifie à la pensée. Je me sens exclue. Je vois la petite en moi qui se sent exclue et qui pleure. Soudain, je me souviens de l'expérience que je viens tout juste de vivre avec la première pensée qui est passée, et à laquelle je ne me suis pas identifiée. Je me dis : « Ce n'est pas toi ça, ce n'est qu'une pensée ». Je reviens à l'état lumineux dans lequel j'étais quelques secondes auparavant et poursuis la méditation. À la fin de la méditation, je suis dans cette présence lumineuse, et je



réalise que la méditation m'a donné la réponse que je cherchais. Je l'ai vécu corporellement. Ma compréhension a un ancrage corporel, EURÉKA!!! Je viens de comprendre quelque chose d'important.

ECKHART TOLLE. Quand la conscience reconnaît les pensées, les émotions ou les réactions, il y a automatiquement désidentification. Ensuite, le sentiment de moi, de ce que vous êtes, subit une transformation. Avant, vous étiez les pensées, les émotions et les réactions. Maintenant vous êtes la conscience, la Présence consciente qui est le témoin de ces états. (Tolle, 2005, p.97)

L'INITIÉE. Oui, c'est bien ce que j'ai vécu quand je me vois avec la pensée d'exclusion. Le voir m'a permis de revenir à cet état de présence que j'avais développé au cours de la méditation.

ECKHART TOLLE. Chez certaines autres personnes, l'éveil se produit quand elles prennent soudainement conscience du genre de pensées qui leur viennent habituellement, en particulier des pensées négatives récurrentes auxquelles elles se sont identifiées toute leur vie. Soudain, une présence est consciente de la pensée, mais n'en fait plus partie. (Tolle, 2005, p.222)

PÈRE. J'aimerais faire un tour de parole et savoir qu'est-ce qu'il y a de neuf pour vous dans cette méditation?

L'INITIÉE. C'est un processus qui m'a beaucoup touché. Au départ, j'ai eu de la difficulté à suivre la méditation. J'ai senti qu'il y avait quelque chose pour moi dans ce que le Père avait nommé avant celle-ci. J'ai tout de même réussi à revenir dans mon corps et à sentir la lumière en moi. De cet endroit, j'ai pu sentir la partie la plus vulnérable de moi se manifester. J'ai compris que de ce lieu de lumière, je peux accueillir, voir la partie souffrante.

PÈRE. Tu parles de quoi au juste?

L'INITIÉE. J'ai obtenu une réponse à ce que je cherche depuis un bon moment avec cette méditation. Dans ma vie, il y a d'un côté mon conditionné, tous les attachements que je peux avoir en lien avec mon histoire personnelle, la quête du père, la compétition avec le féminin et tous les empêchements qui en découlent, la difficulté à aimer, à apparaître, etc.

D'un autre côté, il y a l'inconditionné, toutes les expériences de transcendance, d'état de grâce que j'ai pu vivre grâce à la création, aux rituels, à la méditation et autres. Ces univers fonctionnent de façon séparée et je cherche depuis un bon moment comment je peux faire pour qu'il y ait des échanges entre ces différentes postures. Dans cette méditation, je suis assise dans l'inconditionné et je vois tout à coup un de mes enjeux du conditionné passer et je le laisse aller. Je le vois mais je ne m'y identifie pas.

PÈRE. Tu es dans le sacré, dans l'inconditionné?

L'INITIÉE. Oui, c'est ça. En fait je réalise qu'il y a une troisième personne.

PÈRE. Ma compréhension à moi c'est qu'il y a du conditionné, et il va toujours être présent.

OSHO. L'Orient nous dit que le problème n'a rien à voir avec votre passé, mais avec votre identification au problème. (...) Soyez pleinement conscient, c'est ce que dit Bouddha. Soyez attentive lorsqu'un nuage de pensées ou d'émotions passe en vous. Il est probable que ce nuage vienne du passé. Il a forcément un passé, mais cela n'a aucune importance. Pourquoi faudrait-il s'intéresser au passé d'un problème alors que vous pouvez en ce moment même vous en détacher? Vous pouvez instantanément vous séparer du problème dans le présent, et seulement dans le présent. (Osho, 2012, p.106-108)

L'INITIÉE. Oui, et moi dans ma démarche jusqu'à maintenant, c'est comme si je voulais qu'il n'y ait plus de conditionné. Je ne voudrais plus que mes enjeux existent.

ECKART TOLLE. Un jour je serai libéré de l'égo. Qui parle ici? C'est l'égo. Se libérer de l'égo n'est pas vraiment un gros boulot. Il vous suffit d'être conscient de vos pensées, de

vos émotions, quand elles arrivent. Il ne s'agit pas d'un « faire » mais d'un « voir » vigilant. (Tolle, 2005, p.97)

PÈRE. Tu connais l'identification et tu connais la douleur de t'attacher à cela et de porter cette identification partout. Maintenant, comment peux-tu transférer l'expérience que tu viens de vivre dans ton quotidien. La question est : Quels sont les actes que tu as posés dans la méditation qui sont à reproduire dans la vie quotidienne pour arriver au même résultat.

L'INITIÉE. Avant, je pouvais vivre des expériences de transcendance.

MÈRE. Oui, mais juste là, dans l'inconditionné.

L'INITIÉE. Oui, c'est cela. Là, dans le sacré séparé du conditionné.

PÈRE. Alors, il y a le biographique, l'historique, le conditionné dont tu es fait et il y a un corps qui se vit au présent. Et, entre les deux, il y en a une troisième qui est l'observatrice, celle qui se regarde aller. Mais ça l'observatrice tu l'avais déjà, la manière dont tu parles de toi nous montre que tu l'as.

L'INITIÉE. Oui, mais c'est différent. C'est vrai que j'ai fait beaucoup de démarches et que je suis capable de me voir, de voir mes enjeux et je suis souvent capable de décider de ne pas réagir à ceux-ci, de rester témoin et de choisir.

ALLIÉ 1. Alors, de quelle manière est-ce différent?

L'INITIÉE. Il y a une qualité qui est différente. C'est difficile à définir. Il y a une présence qui est connectée, c'est ça. Il y a de la lumière dans mon corps.

ALLIÉE 6. Ce ne serait pas le sujet qui est présent?

L'INITIÉE. Récemment, j'ai entendu une phrase que j'aime à ce sujet : Quand une personne est attachée à l'inconditionné (des expériences de transcendance), elle empêche la naissance du Sujet ou de l'Être. Le Sujet est la nouvelle identité. Il permet une nouvelle présence.

PÈRE. Quand tu es dans le conditionné, tu es la fille de ton Père et de ta Mère. Tu n'es pas libre d'aimer et d'exister. Tu es prise dans ce triangle et, pire que ça, tu t'en vas dans ta vie et tu le reproduis.

L'INITIÉE. Oui constamment!

PÈRE. Et je vois bien que tu es tannée. Le sujet, il est par rapport à ces déterminismes et je suis en train de me demander si, la condition nécessaire pour devenir sujet, ce n'est pas dans cette rencontre où il y a le lumineux, le sacré et la fille de son Père et de sa Mère.

PÈRE. Toi, tu as la chance de pouvoir vivre ces expériences de transcendance, ce n'est pas arrivé par magie, c'est toi qui t'es amené là pour vivre cette méditation comme tu l'as vécu. Tu as posé des gestes pour cela et c'est ça que tu dois comprendre.

OSHO. Être le témoin est la méthode pour se centrer. Comme je vous l'ai expliqué précédemment, l'homme vit soit à la périphérie de lui-même, soit dans son centre. La périphérie appartient à l'égo et le centre est lié à l'être. Si vous vivez dans l'égo, vous êtes toujours tourné vers l'autre. La périphérie est liée à l'autre. La plupart du temps, vous n'agissez pas, vous réagissez face aux situations. Vous réagissez face à quelque chose qui vous a été fait. Celui qui vit à la périphérie de lui-même ne connaît que la réaction. Il n'agit pas à partir de son centre. D'une certaine manière vous êtes esclave des circonstances. (...) Les insultes vous blessent non pas parce que votre centre est touché par ces insultes, mais parce que vous n'avez pas de centre. Vous ne vivez que dans la périphérie, vous y êtes profondément identifié. Votre périphérie est forcément atteinte par tout ce qui se passe; elle est un peu comme votre frontière; alors tout ce qui se produit va nécessairement l'atteindre. C'est seulement lorsque vous avez un centre qu'alors vous vous détachez de votre périphérie, de votre personnalité. Une personne, le monde extérieur peut abuser de votre périphérie, de votre égo, mais jamais de vous. Vous, vous restez détaché, vous êtes conscient de la distance qui existe entre le vous personnalité et le vous profond. (Osho, 2012, p.114-116)

L'INITIÉE. Depuis un bon moment je cherche la forme, comment faire co-exister le sacré et tout ce qui appartient à l'univers psychologique. J'ai été soit dans l'un ou dans l'autre. Ni le sacré, ni le psychologique n'a vraiment réussi à répondre à ce que je cherche. J'en suis venue à perdre la foi, à être complètement désespérée et en perte de sens, et c'est en vivant la méditation que je comprends que c'est qu'il y a une nouvelle entité qui naît à la rencontre du sacré et du psychologique qui n'est ni l'un ni l'autre.

PÈRE. La psychanalyse sait bien décortiquer la problématique dont tu parles dans le conditionné, c'est l'œdipe et on voit bien que seule la compréhension analytique n'introduit pas le changement. Il y a des forces de mort qui nous ont bloqués et ça prend de la vie pour les contrecarrer. Mais si je m'engouffre tout entier dans la vie, je deviens, je ne sais pas, disons un ange. C'est la réconciliation ni ange, ni bête, ni prisonnière, ni volante qui est la voie.

PASSEURE. C'est magnifique, tu es dans un terrain très fécond, tu peux être fière, si tu le perds tu peux le retrouver.

L'INITIÉE. Oui. Mon expérience est physique. Ce ne sont pas que des mots. Il s'agit d'un vécu. Je suis très contente d'avoir cet ancrage corporel à propos de ma question.

MÈRE. Quand le conditionné est activé, ça ne bousille pas tout, C'est parfois mon impression quand je vois la saboteuse, ou le juge apparaître en moi, mais ce n'est pas vrai. Quand j'ai animé cette méditation, je ne me sentais pas à la hauteur, mon juge était présent et avec ce que tu nous partages, ce que je comprends pour moi est que ce j'ai fait, malgré que j'étais prise dans un mes enjeux, était correct.

ECKHART TOLLE. Chaque fois que vous acceptez totalement une perte, vous transcendez l'égo. Et, ce que vous êtes, l'essence de votre conscience émerge. (Tolle, 2005 p.34)

PASSEURE. Si je ne rencontre pas Dieu dans ce que je suis, je ne deviens pas sujet.

### 3.28 SCÈNE 28 : LA BLESSURE

**Mise en situation :** *L'Initiée a beaucoup de difficultés avec un Père et une Mère qui l'accompagnent dans un projet de recherche. Elle sait que, pour elle, se rejouent les enjeux de sa première triade. Elle cherche comment prendre de la distance face à ceci à travers ses écrits et avec eux.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Quelle nuit! Une nuit à me retourner dans ma blessure de cœur. Comment faire pour aimer à nouveau quand on a une telle blessure? Qui est celle qui a tant peur de perdre le père, qui en est si désemparée? Mère dit que c'est mon identité conditionnée et que seul l'inconditionné peut guérir la blessure d'amour. Comment nourrir le divin dans mon corps, cœur en y amenant tout de moi. Jusqu'à maintenant l'un n'a pas été le déversoir de l'autre. Dieu, je t'en supplie, aide-moi à regarder mes blessures depuis le vivant. Je me sens tellement coincée dans la triade d'accompagnement que j'ai avec un Père et une Mère. Je ne sais pas comment faire pour en sortir, comment faire pour transformer cette expérience. Je te demande vraiment ton aide. Je suis venue sur terre pour cela. Je veux aimer, voir avec une attention fine, redonner du vivant là où il y a de la mort. Aide-moi à transformer ce lieu, à me ressusciter au sein de ma triade familiale. Aide-moi à devenir femme en ce lieu et à y porter le regard de Dieu. Je me lie à mes ancêtres et aux femmes en quête de leurs cœurs et d'ouverture. Je prie pour que de ce lien, je puisse me séparer, me récupérer, reconnaître et aimer à partir de mon centre, librement et ouvertement.

L'INITIÉE (*Quelques jours avant de rencontrer sa triade d'accompagnement pour son projet de recherche, elle se réveille et écrit à nouveau dans son journal*).

La petite en moi pleure, elle se sent coupable d'aimer le Père. Je la rassure, elle a le droit d'aimer. Je vais l'aider pour que l'amour puisse trouver son expression. Je l'avise aussi que le Père est un être humain, et que si jamais il réagissait mal, en aucun cas elle en serait responsable. Je lui dis de ne pas s'inquiéter. Je vais m'en occuper.

L'INITIÉE (*rêve*). Il y a un ours dans ma chambre. Je me dis : « N'aie pas peur ». Il s'assoit à côté de mon lit et se courbe par en arrière vers moi. Je me dis : « Reste là, n'aie pas peur et regarde-le ». Il continue de se pencher et nos regards se croisent. Une complicité

passé, de l'amour. Il se couche à côté de mon lit, sur le côté et je m'approche de lui, pour me coucher sur son bras. Je sens son approbation et me couche contre sa fourrure.

L'INITIÉE (*fait un second rêve*). Je suis avec un couple d'ami. Je leur raconte que j'ai fait un rêve avec un ours. En leur racontant, je réalise que j'ai permis à l'amour de passer. Je fais un lien avec ce que je vis avec le Père. Je suis très contente de mon rêve et du lien que je viens de faire.

*Suite à ces rêves et prières, l'Initiée rencontre sa triade d'accompagnement :*

L'INITIÉE. Dans mon projet de recherche, il me semble important de décrire de quels enjeux je suis en train de me détacher.

MÈRE. Oui, mais si je te dis que moi ce que je veux c'est devenir libre. Je peux te raconter le contexte. J'ai besoin de cet arrière-plan pour illustrer, mais attention, je ne raconte pas l'histoire de l'arrière-plan mais bien de la quête de liberté. Si je glisse à raconter l'histoire de l'arrière-plan, j'ai quitté ma quête et psychiquement, je suis en train de céder à la tentation de mon attachement à mon histoire.

PÈRE. Et ça, tu as aussi besoin de le voir.

MÈRE : Tu veux qu'on t'aide pour ta recherche. Il y a ici l'enjeu de l'autonomie. Il ne faut pas l'oublier. C'est le triangle premier qui se rejoue ici. Ta question est de savoir comment tu t'accompagnes pour ne plus subir ton histoire. Tu aimerais bien qu'on s'assoit à côté de toi pour t'accompagner. La quête du père, elle est toujours là et tout à coup tu es abandonnée, tout à coup, tu es seule. C'est le laboratoire dans lequel ça se rejoue. Nous le savions dès le départ. Alors tu fais un bout, puis on le travaille ensemble. Pendant ce temps il y aura des tissus qui se construiront. Puis, tout à coup, tu trouves qu'on ne s'occupe pas assez de toi et tu dérapes, mais tu ne meures pas même si tu as l'impression que tu vas mourir. C'est ce qui va te permettre de te construire.

PÈRE. C'est comme dans la méditation que tu as vécue avec un Père. Il y a une hyper préoccupation du Père. Ce Père dit quelque chose qui semble de majeur à ta vie et tu veux

t'accrocher à lui. Jusqu'à ce que tu décides de rentrer dans la méditation, plutôt que d'être prise dans cette affaire qui t'empêche d'être au présent. Quand tu fais cela, tu te redonnes ton expérience, à toi.

L'INITIÉE. Oui c'est vrai, et en plus j'ai trouvé la réponse que je cherchais dans le dépôt corporel.

MÈRE. Moi je suis préoccupée. Il faudrait trouver une astuce pour tricher ton égo. Dès que la pensée du type : Ah mon Dieu, je suis en train d'être abandonnée, rejetée, etc. Dès que ces pensées-là arrivent, si tu t'y attaches, ne fussent qu'un petit peu, tu deviens complètement saturée et tu te noies et ça va te prendre plusieurs jours à te récupérer. Le problème c'est qu'il y a des mémoires sensorielles qui sont là, et ces états émotionnels ne peuvent faire autrement que de remonter. À un moment donné, ça devient épuisant cette affaire-là, je cherche un moyen pour te protéger de cette glissade dans tes mémoires sensorielles. Je me dis que la manière de te détacher de toi-même serait de te pister sur la praticienne. Tu es déjà une thérapeute qui enseigne aux autres à ne plus être victime de leurs histoires et tu cherches dans ton expérience comment enseigner aux autres. Alors écrit sous forme de récit. Ce qui t'intéresse est de savoir comment faire pour enseigner aux autres à ne plus subir leurs histoires. Tu vas chercher dans ta propre expérience et ta manière de faire.

PÈRE. C'est une bonne idée, c'est comme si tu plaçais la patiente en dehors de toi et tu te mets dans ce tu sais. Une cliente qui voudrait échapper à cette histoire-là, qu'est-ce que tu fais, comment tu accompagnes ça? C'est un processus de désidentification, comment mettre en échec l'aspect de toi le plus névrotique qui peut te tuer. Tu le mets sur une chaise, et tu regardes de quoi c'est fait.

MÈRE. Ne regarde pas ton chemin pour te guérir, mais regarde-le pour tirer de l'expérience, du sens et de la connaissance pour pouvoir le donner à quelqu'un d'autre qui en a besoin.

L'INITIÉE. Si je comprends bien, le piège serait de vouloir me guérir.



MÈRE. Oui. Dès que tu veux te guérir, tu tombes dans ta faille. Tandis que si tu te mets dans la praticienne, la chercheuse, tu te mets dans tes forces et tu mets de la connaissance sur ce que ton épreuve t'enseigne. Tu prends tout de toi et tu en fais un enseignement, et du coup tu es libre tout en portant une blessure. Tu n'es pas que cette épreuve, alors pour sortir du piège de tomber dans la faille narcissique à tout bout de champs, tu t'appuies sur tes forces, l'artiste, la thérapeute, etc. pour regarder l'éprouvée, sinon quand tu es dans ta faille, toutes tes forces disparaissent. Dans la faille, on n'est pas intelligent.

PÈRE. Il n'y a pas de détachement.

MÈRE. L'important c'est que tu regardes ce que tu apprends et comment tu peux enseigner cela à quelqu'un d'autre. Ça va t'aider à mettre de la distance. À la limite, tu regardes ton histoire comme si elle était à quelqu'un d'autre.

L'INITIÉE (*pleure*). Je vois comment, dans cet accompagnement, je peux souvent être dans des souffrances. J'haïs ça être là. Ça m'humilie. C'est souffrant et humiliant.

MÈRE. Quels mots mettrais-tu sur cela?

L'INITIÉE. J'aimerais tellement que ce ne soit pas là.

MÈRE. Si c'était ta cliente, tu lui dirais quoi? Elle est devant toi et elle pleure. Elle voudrait tellement que les raisons pour lesquelles elle est dans ton bureau ne lui fassent pas mal. Tu lui dis quoi?

L'INITIÉE. Je ne sais pas. Je me sens dans le vide. Je pense que je lui dis que d'être là c'est déjà en train de bouger.

MÈRE. Et tu fais quoi de son envie que ce ne soit pas là.

L'INITIÉE. Je lui propose d'accueillir ce qui est présent et je lui demande si elle réalise que lorsqu'elle fuit ce qui est souffrant en elle, elle est en train de se rejeter.

MÈRE. Et toi, est-ce que tu réalises que celle qui ne veut pas être comme elle est, tu la rejettes tout le temps et tu projettes sur les autres comment ils la rejettent? Quand bien même on essaierait de te prendre dans nos bras toute la journée, tant et aussi longtemps que tu te rejettes toi-même on n'y arrivera pas. Tu fais bien ça toi-même.

L'INITIÉE. Je le réalise bien.

### 3.29 SCENE 29 : L'ARTISTE A L'ŒUVRE DE SA VIE

**Mise en contexte :** *L'Initiée est chez elle et écrit.*

*L'INITIÉE (écrit dans son journal).*

J'ai toujours peur de faire quelque chose de pas correct et de perdre l'amour. C'est quelque chose de très difficile de s'individualiser, de s'assumer. Je crois que la seule façon c'est d'être en amour avec soi-même. Être dans ce lieu d'amour en moi et le faire resplendir.

Je souris, je jouis, je dis oui à la vie, à chacune de mes cellules, je les secoue comme une maman qui va amoureusement réveiller son enfant. Réveillez-vous, réveillez-vous, il y a la vie qui vous attend. Finalement, c'est elle qui attend que nous soyons au rendez-vous de nous-même pour collaborer à notre plein épanouissement. Comment collaborer avec un absent qui ne vous entend?

Je joue du tambour. J'ai la joie de vivre de l'enfant. Je vois un père. J'avoue que j'ai peur. Je prie pour en ce lieu rester pleinement vivante, me donner le droit de vivre, de créer, de vibrer, de m'exprimer librement, être pleine et entière dans ma joie. Ne pas être dans l'attente de l'autre. Être dans ma vie. S'il y a rencontre, tant mieux.

Je vois les vagues se frapper contre les récifs et je me vois reprendre et persévérer dans des lieux où j'ai de la difficulté. J'ai de la reconnaissance pour mon travail. Je suis à la fois vague et récif et à force d'années, tranquillement l'œuvre de ma vie se crée, se sculpte, se transforme sous l'action continue d'une femme que l'on pourrait croire obstinée. Mais non. Elle est artiste et elle sait quand la création n'est pas terminée. Elle sait aussi reconnaître le moment où tout à coup c'est complet. L'œuvre est là, plus rien à ajouter. Juste contempler et apprendre de ce qui est donné, jusqu'au récif suivant où tout à coup ciseau et maillet recommenceront à sculpter pour, sans relâche, aimer la vie et œuvrer en son sein. (06-04-10)

TÉMOIN. Que fais-tu quand tu parles à chacune de tes cellules?

L'INITIÉE. Dans le premier paragraphe, je suis en contact avec la peur de perdre l'amour d'un Père. Je me dis que pour arriver à transcender cette peur, je dois m'aimer davantage. Quant au second paragraphe, je visualise mes cellules et je m'adresse à elle comme une bonne Mère. Je suis en train d'essayer de m'appliquer une médecine. J'ai le sentiment que cette peur est tellement profonde et ancrée que je dois aller travailler au niveau cellulaire pour transformer le message qui y est encodé. Je m'insuffle de la vie et me donne des messages ressourçants.

TÉMOIN. Et qu'est-ce qui fait que tu commences à parler des récifs et de la mer?

L'INITIÉE. Quand j'écris, la première étape de mon travail est de tenter de contacter pleinement mon expérience avec ce que je ressens. La seconde est d'amener l'intention que je porte. À cette étape, je suis comme un alchimiste qui essaie de transformer le minerai en or. Quand j'ai le sentiment que je suis pleinement dans mon expérience, je m'ouvre à plus grand que moi. À ce moment, je suis assise devant une grande baie vitrée, et je vois le fleuve. Je fais confiance au fait que, là où mon attention est attirée, c'est parce que je peux en tirer une expérience bénéfique, un savoir, qui va me soutenir dans mon expérience. Je ne juge pas ce qui se présente et je promène mon attention du dedans vers le dehors, j'établis une communication avec la nature. J'établis une rencontre sacrée entre ce que j'ai de plus intime et authentique et les symboles que la nature m'offre. Ce dialogue poursuit le travail de l'alchimiste, de l'artiste.

PASSEURE (*dit en se remémorant des propos de Clarissa Pinkola Estés*). Ce que vous cherchez vous cherche aussi et vous trouvera si vous savez rester tranquille.

### 3.30 SCÈNE 30 : UN RÊVE SUR L'ABUS

L'INITIÉE. J'ai fait un drôle de rêve hier et je veux vous le raconter : Je suis avec ma mère et ma sœur. Ma mère me demande quel impact a eu l'abus sur ma vie. Elle me le demande

sans assumer le fait de sa présence, ou de sa participation implicite à cette dynamique. Ma sœur est assise en silence. Elle écoute et j'ai une inquiétude pour elle. Elle n'a jamais entendu parler de cette histoire, comment va-t-elle réagir? Je me prépare à répondre, mais ma mère s'est déjà levée et vaque à autre chose, pas trop loin, comme pour écouter d'une sans que cela ne paraisse.

TÉMOIN. Quel titre donnerais-tu à ce rêve?

L'INITIÉE. Je dirais quelque chose comme : Ma mère me questionne sur l'abus et en même temps elle s'exclut de sa responsabilité dans ce qui est arrivé.

TÉMOIN. Ce n'est pas le premier rêve que tu fais sur ce thème de l'abus. Qu'y vois-tu de différent?

L'INITIÉE. Je trouve que c'est un pas vers la responsabilisation de la mère. Jamais avant elle ne m'avait posé de questions.

GRAND-MÈRE. C'est vrai que la Mère, en ne séparant pas la fille du Père contribue à ce conflit psychique. Enfant, même si l'abus était de nature uniquement psychologique, le fait que ta mère te laisse avoir une plus grande proximité avec le père qu'elle-même pouvait en avoir, fait que tu captes qu'il y a quelque chose de pas correct. Moi, je me demande si ça ne faisait pas l'affaire de ta mère que ce soit ainsi. Peut-être que pendant que toi tu avais ce type de relation avec ton père, elle, elle était tranquille.

GILLES DELISLE. (...) la peur de perdre l'amour de la mère entraînerait la résolution du complexe d'Électre chez la fille. Réalisant que sa mère désapprouve son désir à l'endroit du père, elle y renonce afin de conserver le lien à la mère. (...) Lorsque l'enfant-fille n'arrive pas à résoudre le dilemme œdipien, ce phénomène de champ est intériorisé et la relation au père est vécue comme un lien indispensable à l'épanouissement de l'identité sexuelle féminine, mais également intolérable à l'épanouissement sociale féminine. La relation à la mère pour sa part, est vécue comme un lien indispensable et un appui dans l'exploration de

l'univers masculin. Pourtant ce lien comporte aussi l'intolérable de l'interdiction de l'exploration de l'univers masculin. (Delisle, 2004, p.148)

L'INITIÉE (*se dit intérieurement*). Je ne suis pas sûre de bien comprendre ce que monsieur Delisle veut dire. Grand-mère m'a déjà parlé de cela. Si je transpose ce qu'il dit dans mes expériences, ce que je comprends c'est que, comme enfant, avoir un lien affectif avec son père est essentiel, mais si celui-ci est érotisé, il crée un intolérable en même temps, parce que c'est avec maman que papa devrait avoir ce type de lien. D'un autre côté, pour que mon identité féminine puisse apparaître socialement, je dois pouvoir me lier à la mère. Mais si la mère, devant l'exploration de ma séduction face au père, ne met pas de limites claire au père, je me sens dans un intolérable parce que, comme petite fille, je capte que ce type de lien ne devrait pas être vécu avec moi.

TÉMOIN. De quelle manière vois-tu ce type de reproduction se vivre dans ta vie actuelle?

L'INITIÉE. Plein de choses se bousculent en moi. Mais ce qui me vient en premier lieu, c'est le sentiment de honte face à l'amour que je pouvais vivre avec un père. Et un sentiment à la fois d'envahissement et de compétition-rejet face à la mère. Je racontais à grand-mère dernièrement que j'avais souvent le sentiment qu'une de mes mères voulait me prendre ce que j'avais.

GILLES DELISLE. Ce qui caractérise cette structure névrotique est surtout un conflit entre désir et interdit. Le tableau clinique est souvent marqué par des impasses expérientielles où se manifeste le désir de l'indispensable qui est, au même moment intolérable. (Gilles Delisle, 2004, p.150)

L'INITIÉE. L'idée qui me vient suite à ce rêve est que depuis que mon père est mort, j'ai glissé dans le camp de la mère en me braquant contre le père, le mauvais. C'est soit l'un, soit l'autre. Je dois mettre le mauvais quelque part, on dirait que j'ai de la difficulté à intégrer qu'une personne peut à la fois être bonne et mauvaise.

PASSEURE. Tu peux être incomplète, imparfaite et tout de même digne d'être aimée.

L'INITIÉE. Je prie pour pouvoir redonner à chacun ce qui lui appartient (le Père, la Mère, moi) et pour pouvoir enfin vivre un renouveau.

### 3.31 SCÈNE 31 : MÉDITATION MATINALE

**Mise en situation :** *À tous les matins, l'Initiée écrit dans son journal. Elle écoute à la fois ce qui l'habite intérieurement et écoute les résonnances qu'elle rencontre à travers le contact étroit qu'elle développe avec la nature.*

L'INITIÉE. Je relis certains de mes écrits. Je trouve ces moments d'écriture tellement beaux que j'ai le goût de les partager avec vous :

J'entends tout le petit bruissement des feuilles dans les arbres qui dansent sous le lever du soleil. À l'impulsion du vent, j'entends : « Tu fais partie de la danse, danse, danse dans le vent. Sois comme l'enfant qui se réjouit de la pluie, du vent et de sa symphonie, danse, danse dans le vent, le vent des tourments, des torrents, des vents les plus violents au petit bruissement. La vie est une symphonie. Pratique initiée, pratique. Ne me perd pas d'un instant. Quel que soit le vent, incarne-moi dans ta danse, dans ton chant, dans chacun de tes mouvements, dans ta parole. Incarne-moi dans chacune de tes cellules. Reviens à moi sans cesse comme une maîtresse vers son amant. Danse l'Initiée, danse. » Voilà ce que m'a livré le souffle du vent.

*Quelques jours plus tard, l'Initiée écrit un autre texte dans lequel elle exprime la communion avec son environnement).*

*L'INITIÉE (écrit dans son journal).*

Je sens de la joie dans mon corps comme des étoiles qui scintillent. Mon cœur est radieux et mon corps est céleste. Je suis habitée de l'univers jusqu'à en rejoindre l'inconnu, le mystère, le mystérieux, le cœur d'une rencontre de l'autre dans l'au-delà. Je marche des pas où je ne sais pas. Je suis heureuse. J'ai retrouvé mon chemin. Ce lieu est mien, au cœur de l'univers, d'un trou noir, d'un je ne sais pas.

Je suis là, impromptue, céleste et terrestre, finie et infinie, ouverte et fermée. Je suis là au cœur de moi. Je me suis retrouvée. Je fais la danse des pépés, une danse de fous incarnés dans la réalité. Je suis là et pas là, me comprenez-vous? Je vous parle

d'une voix de l'infini et vous rejoins ici. Entendez-vous l'écho des montagnes? J'ai traversé un désert, la tempête, l'orage, des océans. J'ai vu les dieux orageux et j'ai persévéré. J'ai pleuré, me suis sentie perdue tourmentée, bousculée jusqu'au moment où j'ai entendu votre écho me rejoignant. Wow! C'est époustouflant. Nous ne formons qu'un, nous sommes étoiles, firmament, océan. Je peux vous parler. Vous pouvez voir et entendre, le céleste est là, en vous, en moi. C'est l'extase cosmique qui me transporte. J'écoute l'infini. Enfin, je me suis retrouvée. Amour je ne te cherche plus. Je suis. Merci à la vie (18-08-2010)

### 3.32 SCÈNE 32 : RENCONTRE D'UNE SOUFFRANCE

**Mise en situation :** *Malgré le fait que l'Initiée rencontre des espaces d'ouverture et de communion, elle se sent toujours prise dans un dilemme face à un Père et un ancien amoureux. Elle ressent une grande souffrance à l'intérieur et décide, dans le cadre de sa méditation matinale, d'y prêter attention plutôt que de la fuir.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Je souffre. J'ai mal. Personne ne peut me comprendre. On ne se remet pas d'une peine d'amour. Je veux mourir. J'ai mal. C'est insupportable. Personne ne peut m'entendre. Je touche le fond de la souffrance et j'entends : « Je ne suis pas aimable. Personne ne peut m'aimer. » Au moment où je touche le fond de cette souffrance, elle s'évapore pour laisser place à une présence unifiée de joie et de paix.

PASSEUR. « Il suffit d'être très attentif à la blessure, et l'on sait alors quelle en est la cause : c'est l'image que l'on a de soi-même qui a été blessée. Vous pouvez mettre un terme à cette image blessée, si vous l'explorez très en profondeur. » (Krishnamurti, 2000, p.83)

TÉMOIN. Ce qui m'intéresse<sup>\*</sup> est de savoir comment peux-tu passer d'une souffrance tellement grande que tu voudrais en mourir, à un moment de joie et de paix quelques secondes après?

L'INITIÉE. Ce que je comprends de plus en plus, à travers ma quête, c'est l'accueil de ce qui est là, même si c'est très désagréable. C'est sûr que je pourrais très bien m'occuper de multiples tâches et ne jamais être en contact avec cette souffrance, mais je serais en fuite, et ce n'est pas ce que je souhaite pour ma vie. Je suis dans une quête d'unification et je réalise que lorsque j'accepte de voir profondément ce qui m'habite, quand j'arrive à mettre le doigt sur ma vérité de ce moment, la souffrance disparaît automatiquement.

TÉMOIN. Tu restes présente même à ce qui te paraît insupportable?

L'INITIÉE. Oui, parfois c'est un travail de plusieurs mois. Approcher ces espaces, accepter de ne pas fuir, pour finalement être capable d'entendre. Cette fois-ci, rester présente m'a permis d'entendre mon isolement et la croyance que je ne suis pas aimable. Je sais maintenant que lorsque je suis dans ce type d'écoute que ce sont des croyances de fond que j'ai développées à travers mon scénario originel. Elles appartiennent au passé. J'ai assez de distance pour savoir que ce sont des croyances, mais pas suffisamment pour qu'elles n'aient plus d'emprise sur moi. Je ressens la souffrance avec l'intensité avec laquelle j'ai pu ressentir ces souffrances étant enfant. On dirait qu'à chaque fois que je fais ce travail, c'est un petit fil qui se détache; je peux me distancer un peu plus et l'emprise se défait tranquillement. Si je n'avais pas de distance face à mon ressenti, je voudrais certainement me suicider, mais là, même si j'en ressens toute l'intensité, je n'ai pas du tout ce désir de passage à l'acte. Je dirais que le bon parent est suffisamment fort en moi, pour être capable d'entendre les souffrances d'enfant qui ont pu jalonner mon parcours. J'apprends à accueillir ce qui autrefois ne l'a pas été suffisamment par mes parents, et qui m'a cristallisée dans des croyances erronées. Tout enfant mérite d'être aimé. Intellectuellement, je le sais. Ce chemin me permet de défaire tranquillement mes croyances erronées.

TÉMOIN. C'est un travail de longue haleine.

L'INITIÉE. Oui, c'est vraiment un choix de vie.

PASSEURE. Mourir demande une grande confiance en soi.



L'INITIÉE (*se dit intérieurement*). Finalement, je serai peut-être née pour apprendre à mourir, accepter de bouger d'un lieu de mort. L'immobilisme comme moyen de survie, c'est la mort dans la vie. Curieusement, apprendre à mourir, c'est apprendre à chaque fois à être un peu plus vivant. Mourir c'est aussi faire face à ses démons. Je prie pour avancer avec toi qui a si peur de la vie. En même temps, peut-être est-ce toi qui me pousse à me dépasser. C'est le dialogue vie-mort-vie.

### 3.33 SCÈNE 33 : LEÇON D'UNE BRISE

**Mise en situation :** *L'Initiée continue son travail de reliance en se mettant en mode dialogal avec la nature.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Tu sais mon arbre, je n'arrive pas autant à être dans le lien avec moi-même quand tu n'es pas là lorsque j'écris. J'y travaille pourtant, mais ce n'est pas aussi facile. Est-ce quelque chose de possible ou ce n'est pas justement le lien entre nous qui permet la rencontre. Des fois j'y arrive seule. Mais l'amour que j'ai pour toi m'aide énormément. L'amour m'aide à trouver le vrai, à faire le chemin.

Une petite brise dans le haut des arbres. Est-ce que je dis suffisamment que je vous entends, que je vous parle et que vous me répondez? Moi, ce lien avec vous me remplit, m'épanouit.

Durant quelques instants, je vous perds à cause de mon trafic mental. Ce que pensent les autres, ce n'est pas vraiment important, mais moi, je dois être ancrée dans qui je suis, dans mon besoin d'entendre votre bruissement, votre symphonie musicale. Ce matin, votre chant est doux. Je vous vois, vous m'écoutez, je suis touchée de votre présence. Moi, est-ce que je suis ce que je vis? Est-ce que je lui donne toute sa valeur, ou est-ce que je cherche l'approbation ailleurs? Si vous saviez comme j'aime vous entendre. Mon esprit cherche quelques instants, vos paroles sont douces et difficiles à capter. Belle brise, qu'est-ce que tu me chantes ce matin? Je prie pour t'entendre et ne pas me laisser distraire par mon *trafic urbain*. Je me vois un instant vouloir impressionner par ma capacité. Comment vous transmettre sans que cela ne soit vantardise. J'ai beaucoup voulu impressionner le père. Je prie pour vous apporter simplement, sans but, simplement être. Je prie pour reconnaître pour moi ce qui est juste, ce qui est mon chemin. Petite Aubépine, je te vois

m'entendre et je me vois me séparer. Merci d'être là et de me refléter mon état. Tu es précieuse pour moi. Est-ce que tout n'est pas miroir de soi. Ici, en nature, le miroir est Amour. C'est bien cela que je veux reconnaître. Je prie pour réaliser l'amour qui est en moi. Je n'ai pas à impressionner pour me l'attirer. Il est là, attendant d'être reconnu, d'être vu. Merci belle brise. Je prie pour t'incarner et te porter.

Jacques Languirand (lit un extrait de **Pieds nus sur la terre sacrée**).

Saviez-vous que les arbres parlent? Ils le font pourtant, ils se parlent entre eux et ils vous parleront si vous écoutez. L'ennui avec les blancs, c'est qu'ils n'écoutent pas! Ils n'ont jamais écouté les Indiens, aussi je suppose qu'ils n'écouteront pas les autres voix de la Nature. Pourtant les arbres m'ont beaucoup appris : tantôt sur le temps, tantôt sur les animaux, tantôt sur le grand Esprit. (Languirand et Proulx, 2009, p.48)

L'INITIÉE. Merci de me lire cet extrait, je me reconnais en lui, c'est vrai que c'est ce que je fais. Je me sens proche de cette culture amérindienne.

TÉMOIN. Il me semble qu'avec tes écrits ici, tu es en train de travailler sur la croyance de fond que tu ne mérites pas d'être aimée, mais en abordant ce thème par un autre angle que celui de la scène précédente.

L'INITIÉE. Oui, c'est vrai. Je dirais que dans la scène précédente, je visite mon ombre, dans cette scène-ci, c'est à travers une expérience numineuse que j'inscris de nouvelles expériences. Je n'ai pas le sentiment que c'est vraiment moi qui fait cette inscription mais plutôt que mon écriture et le dialogue que je tisse avec la nature m'amènent dans un autre état de conscience qui m'enseigne autre chose, m'ouvre à cet amour que je cherche à incarner dans ma vie. C'est le travail que je fais qui m'amène dans cet état de conscience, comme m'a déjà dit un Père, mais ensuite, c'est cet état de conscience qui fait le travail. Ce n'est plus le moi qui veut, mais l'être qui est là.

TÉMOIN. Est-ce que tu vois quelque chose de commun dans ces scènes?

L'INITIÉE. Oui, C'est ma qualité de présence et d'écoute autant à ce qui me fait mal qu'à la beauté de la vie.

TÉMOIN. « Le travail de purification exige de nous une seule chose : que nous nous jettions avec résolution et confiance dans la flamme de la vigilance. Être vigilant signifie être intensément présent à ce qui surgit à tout instant, sans avoir l'idée de faire quelque chose en particulier ou de devenir quelqu'un en particulier. » (Dhiravamsa, 1983, p.11)

PASSEURE. Tout est impermanent.

### 3.34 SCÈNE 34 : DISCUSSION AVEC DES AUTEURS

**Mise en situation :** *L'Initiée, de plus en plus, sors du voile de l'idéalisation qu'elle a toujours eu face à un père. Elle réalise qu'il est difficile de nommer ce qui ne va pas pour elle dans la relation actuelle. Elle en profite pour réfléchir, avec des auteurs, à sa relation première avec le père et la mère et à l'impact qu'ont eu sur elle ces relations fondatrices.*

*L'Initiée (écrit dans son journal).*

Ai-je peur de m'opposer au Père? Je crois que oui. Je ne suis pas d'accord avec un père. « Tu aurais dû reconnaître la mère, c'est elle qui nous a élevé. Je suis choquée que tu ne l'aies pas reconnue, et nous non plus. En rejetant maman, c'est comme si tu nous rejetais aussi, c'est comme ça que je l'ai vécu enfant. Tu n'es pas bonne, pas fine, bonne à rien, ton attitude face à maman a fait que je l'ai tout autant rejetée. Je ne voulais pas vivre le même sort qu'elle. Être mère quelle horreur! » Je prie pour porter la Mère dans mon cœur. Je vois la mer disant cela, elle m'ouvre sur l'océan. Je prie pour vous porter tous les deux dans mon cœur. Je vois au loin une lueur sur l'eau, lueur d'espoir, lueur de réunification du Père et de la Mère en moi. Voilà, la tâche de tout enfant issu de la division, de la séparation. Merci à cette histoire m'amenant dans cette quête d'unification.

GILLES DELISLE. Si nous adoptons le point de vue contemporain, (...) selon lequel le développement du Soi passe par la consolidation d'une estime de soi, qu'elles sont les manifestations qui nous indiquent que l'enjeu a été raisonnablement bien complété? Outre une bonne estime de soi, on remarque d'abord une disposition confiante et empathique à l'égard de l'Autre, assortie toutefois à une capacité à se défendre contre l'attaque éventuelle de cet Autre. (Delisle, 2004, p.112)

L'INITIÉE. Ouais, j'avoue que ma capacité à me défendre et ce, autant contre la Mère que contre le Père, peut encore beaucoup s'améliorer.

VINCENT DE GAULEJAC. Essayer de changer, faire mieux que sa mère, c'est l'invalidier, la disqualifier, c'est l'enfoncer un peu plus puisque ça montrerait qu'elle est incapable de réussir. Mais ne pas changer, c'est se trouver confronté aux mêmes problèmes qui sont la cause essentielle de sa souffrance et de son inhibition. Comment résoudre cette contradiction? Comment essayer de conserver des liens affectifs avec sa mère tout en rejetant ce qu'elle est? (...) Comment l'aimer alors qu'elle est méprisée? (...) sa révolte a été bloquée parce qu'elle la mettait en conflit avec ceux qu'elle aime, auxquels elle est affectivement et socialement « attachée » (...) Faute de pouvoir s'en détacher elle intériorise la honte de son impuissance à ne pas être différente d'elle. (...) Dans cet amalgame de haine, de violence, de peur, d'humiliation, de rage impuissante, de culpabilité et de honte, c'est son désir même qui est altéré. C'est tout son être qui se trouve inhibé. (de Gaulejac, 1996, p.56-57)

L'INITIÉE (*réfléchit*). Face à ma mère, j'ai beaucoup été dans l'opposition. Je n'ai jamais eu d'enfants tellement pour moi être mère était synonyme de prison, un lieu où la femme ne peut pas exister. Elle devient un rôle et non le plus plaisant de la pièce. Dernièrement j'écrivais :

Les bouleaux et le soleil s'allient pour me télégraphier un message. « Je t'aime » me disent-ils dans le bercement du vent. Encore là, je sens la présence d'un enfant, un bébé. Moi aussi, je t'aime. Une douleur aux hanches. Je respire avec le vent, l'enfant. Ma terre d'accueil souffre de sa sécheresse. Pas d'enfants dans un terreau fertile. J'ai voulu un enfant avec le Père, Le projet est mort, fort heureusement. Le Père n'a pas voulu, et me voilà à sec dans mes eaux. Je prie pour accueillir l'abondance au plus profond de mes eaux. J'ai voulu m'allier à la Mère et j'ai reçu un revers. Je suis triste de cet état de chose. Je prie pour accueillir la Mère et ses fruits d'abondance. Revoilà un terreau fertile.

### 3.35 SCENE 35: ÊTRE RESPONSABLE DANS SES RELATIONS

**Mise en situation :** *L'Initiée vit une difficulté avec un Père dans sa vie actuelle. Elle est consciente que ce qu'elle vit avec ce Père vient réveiller des peurs qui sont plus anciennes, du temps où elle était petite fille. Dans ses écrits, elle s'adresse à elle-même plus petite, afin de consoler ce qui est éveillé par cette relation.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

- Qu'as-tu à me dire ce matin mon petit cœur? Il me semble que quelque chose te dérange.
- J'ai peur.
- De quoi as-tu peur?
- J'ai peur d'être rejetée, j'ai peur de sortir de la maison, j'ai peur d'être bafouée. J'aimerais être soutenue par Papa, qu'il me reconnaisse, qu'il fasse attention à moi, qu'il soit là.
- Je te comprends ma petite et je comprends que tu trouves cela difficile. C'est légitime comme demande, tu as le droit au soutien de ton Papa aussi. Moi aussi, j'aimerais qu'il te donne le soutien et le regard dont tu as besoin et je trouverais important qu'il soit là. Je te comprends petite et je suis contrariée, fâchée même qu'il ne soit pas là. Moi, je suis fière de toi, fière des pas que tu fais. Tu es vraiment belle à voir aller. Tu peux être fière de toi. Moi je le suis et je t'aime.

TÉMOIN. Pourquoi crois-tu important de t'adresser à la petite en toi?

L'INITIÉE. Pour plusieurs raisons; premièrement je reconnais qu'une partie de la charge affective que je porte n'appartient pas à la relation avec le père présent, et je ne veux pas amener cette charge dans la relation. Je veux d'abord la traiter avec moi-même. Deuxièmement, en faisant cela, je sépare en moi ce qui appartient au passé et au présent. Une part de moi devient alors le bon parent et l'autre la petite fille. Je peux ainsi *reparenter* ce qui a manqué dans mon passé développemental.

TÉMOIN. Est-ce que cela change quelque chose chez toi?

L'INITIÉE. Mon intention est de prendre la responsabilité de mes états intérieurs et de ne pas projeter sur l'autre ce qui ne lui appartient pas. Je deviens plus responsable.

TÉMOIN. Que fais-tu ensuite avec le père dans ta vie actuelle.

L'INITIÉE. Cette fois-ci, je ne me sens pas capable de lui parler, car la charge que je porte est trop grande. Je décide d'attendre, de laisser la question ouverte pour savoir si j'ai quelque chose à lui nommer.

TÉMOIN. Comment as-tu fait pour reconnaître qu'une partie venait de ton passé et non simplement de ce que tu vis au présent.

L'INITIÉE. Dans cette période de ma vie, je réagis beaucoup et je me retrouve souvent en opposition face à un Père et une Mère que je ne sens pas suffisamment soutenant. Mon besoin de soutien est légitime mais mes réactions sont disproportionnées. C'est l'ampleur de mes réactions qui m'indique que tout ceci n'appartient pas juste au présent. J'ai le goût de vous transmettre un écrit d'alors fait sous forme de *Je m'observe* :

Je me lève le matin et réalise, en prêtant attention à mon état intérieur, que je suis en opposition. J'écris un peu et vois que je pourrais perdre de l'objectivité pour arriver à distinguer ce qui appartient à des enjeux du passé et ce qui appartient au présent. Une intuition me dit qu'il serait important que je relise mes notes d'un entretien que j'ai eu avec ce Père et cette Mère pour m'aider à faire ce travail de clarification. En lisant, je vois bien qu'une partie de ma réaction provient de mes enjeux. Ce n'est pas le fait d'avoir raison ou pas qui compte, mais plutôt de réaliser là où je me place. Je me dis que je ne peux pas faire confiance à la Mère. Heureusement que je ne l'ai pas écoutée et ai continué de faire à ma tête. Mais cela me nuit, et je réalise que ce faisant, je coupe le lien avec la Mère. Voyant tout cela, je conserve le lien avec moi-même et voit ce qui est à nommer pour le présent. Je constate ma fragilité et la force de cette emprise sur moi. Je suis contente, la tension tombe et je me sens en lien même si, sur certains aspects de ce qui se vit à travers cette relation, je ne suis pas en accord.

TÉMOIN. Et lorsque tu fais ce travail de clarification qu'est ce qui t'indique que tu dis vrai?

L'INITIÉE. C'est mon corps. Au départ, je suis dans des ruminations et je tourne sans cesse les mêmes choses dans ma tête. C'est l'ampleur de mes ruminations qui m'indique qu'il y a anguille sous roche et que je suis peut-être en train de me défendre de rencontrer autre chose par ce comportement. Je réalise qu'en me battant de la sorte, je me coupe du lien à la Mère. Et du même coup, toutes mes ruminations cessent. Mon corps s'apaise, je ressens un sentiment de paix. C'est ce sentiment qui me dit que je suis juste. J'ai réussi à séparer le présent du passé. À ce moment, je suis capable de regarder la réalité avec plus d'objectivité et de regarder si je veux nommer quelque chose dans cette relation.

PASSEURE. « Méditer, c'est comprendre la vie, en d'autres termes, c'est l'avènement de l'ordre. L'ordre, c'est la vertu, c'est-à-dire la lumière. Cette lumière ne peut jaillir de nul autre que vous, quel que soit le degré d'expérience, d'intelligence, d'érudition, de spiritualité de cet autre. Personne, ni sur la terre, ni au ciel ne peut faire jaillir cette lumière, si ce n'est vous-même et cela passe par la compréhension et la vraie méditation. » (Krishnamurti, 2000, p.36)

### 3.36 SCENE 36 : UN SENTIMENT D'EXCLUSION FACE A LA FAMILLE

**Mise en situation :** *L'Initiée se sent exclue d'une famille dont elle fait partie. Elle a beaucoup de difficulté à vivre avec ce sentiment et, là aussi, elle est consciente qu'une partie de sa souffrance appartient au passé.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Je me sens exclue de la famille, et je trouve cela difficile de vivre ici et de ne pas me sentir incluse. Je sais qu'en partie, je m'exclue moi-même. Je voudrais fuir, ne plus exister, c'est une position intenable. Je suis dans une impasse où je ne sais pas où fuir. Mon Dieu aidez-moi. Je fais quoi dans ce lieu? Aidez-moi à séparer le présent du passé. Je me demande si je ne devrais pas partir, mais je sais que si j'agis ainsi, je vais le vivre comme un échec cuisant. C'est comme si je n'avais pas le droit d'avoir un regard critique face à la famille. Si je le fais, cela me fait fragmenter et cela me met dans mon impasse. Est-ce que je peux à la fois être critique et faire partie? Dans mon pattern, j'ai appris que je dois, soit fusionner et idéaliser, ou m'opposer en

coupant et en quittant. Je prie pour pouvoir rester dans la famille les yeux ouverts et le cœur vivant, en ayant le droit d'être là à part entière.

TÉMOIN. Cette situation semble venir chercher chez toi, des enjeux bien profonds.

L'INITIÉE. J'ai le sentiment que ce que je vis vient toucher à ma structure fondamentale, et que si je n'agis pas avec prudence, je pourrais vraiment être démolie intérieurement. Ce n'est pas ce que je souhaite. Je souhaite sortir grandie de cette expérience. Je dois trouver une voie de passage. Je me demande si je ne dois pas changer d'équipe de travail. Enfant, j'étais prise dans l'impuissance, ce n'est plus le cas. Je n'ai pas à me faire subir cette situation. En même temps, j'ai peur de me conter des histoires et d'être à côté de la coche. Mon mental est coincé dans un discours répétitif. Je décide d'aller marcher pour me centrer :

Je prie pour lâcher prise de mon discours intérieur. Je me relie à la Terre. Je ris un instant de me voir aller dans la folie qui m'habite. Je décide de prêter attention à mon mouvement intérieur. Je mets mon attention sur mes hanches, le mouvement de mes pieds, je me centre dans mon corps. Je marche ainsi une dizaine de minutes. J'observe mon état; il a changé. J'ai lâché prise sur le mental. Mon cœur rayonne et dégage une énergie très agréable dans mon corps.

PASSEURE. « Lorsque nous jetons ainsi un regard réaliste sur la vie, tout comme les situations devant lesquelles elle nous place, ce que nous considérons être un drame ou un dilemme devient un défi susceptible de réveiller nos ressources intérieures. Autrement dit, l'acceptation de l'expérience permet la croissance des graines d'humanité en nous. » (V.-R. Dhiravamsa, 1983, p.10)

TÉMOIN. Que fais-tu ensuite?

L'INITIÉE. Je repense à un dessin que j'avais appelé le vortex amoureux. Il me vient l'idée que, parfois, en essayant de régler un conflit, on ne fait que le nourrir. Je pense aussi à un père qui m'avait dit qu'en tenant à toujours vouloir régler les conflits, je ne permettais pas à autre chose d'advenir. Je réalise que je cherche la solution dans le problème alors qu'elle est ailleurs. Complètement identifiée à cette problématique, à l'électron qui tourne autour



de mon noyau. Ce n'est pas en cherchant dans celui-ci que je trouve une solution, c'est en revenant à la forme de mon centre.

TÉMOIN. Une fois ton centre retrouvé, qu'as-tu fait?

L'INITIÉE. J'ai écrit et j'ai réalisé que je devais envoyer cette lettre au père et à la mère :

Bonjour Père et Mère,

Comme à mes habitudes, le matin j'écris dans mon journal et, finalement, il s'est révélé au cours de mon écriture que ce que j'écrivais, j'avais besoin de vous le communiquer :

Je me réveille, le fond joyeux après une nuit mouvementée. Ce matin, je sentais votre présence avec moi, c'était réconfortant. Je sens l'hiver arriver; j'ai toujours aimé cette période, symbole du confort chez soi, du « cocooning ». Je suis bloquée là, probablement que c'est trop bon; feu de foyer, rentrer du bois, manger une bonne soupe chaude. J'aime l'hiver pour le réconfort qui s'y donne.

Père et Mère, vous êtes entrés dans ma nuit, comme un hiver me disant : « ne t'en fais pas, on est là ». Je suis émue d'écrire cela. Ça m'a tellement manqué. Je me suis tellement battue dans l'impasse de la triade avec le Père et la Mère, et je suis épuisée de ma bataille. Je rends les armes. Je ne veux plus me battre. Je ne peux pas descendre plus bas que je suis. Je me sens au ras des pâquerettes.

Mère, j'ai le souvenir de t'avoir entendu parler d'un ami Rwandais, magnifique, ayant vécu la guerre et comment tu avais été stupéfaite de voir la souffrance sur son visage et comment il était attaché à celle-ci. Moi, j'ai le sentiment d'avoir fui ce lieu de bataille toute ma vie. Je me suis tenue au-dessus de ma souffrance. J'ai survécu (mais j'ai répété ma guerre sans cesse).

Je me souviens, alors que j'étais étudiante en psychologie, avoir connu une femme plus âgée, son visage montrait la souffrance par ses rides et ses tensions et je la voyais essayer de nager au-dessus. Je me suis dit : je ne ferai pas comme cette femme, je n'ai pas le goût de ce visage. J'ai honte de ma souffrance, toute ma vie j'ai essayé de me la cacher et de la cacher aux autres, il ne fallait surtout pas qu'elle apparaisse sur mon visage. Tout un dilemme : le besoin d'être vue et de se cacher à tout prix. Bref, je suis là et je ne trouve pas ça facile. Je ne sais pas dans quelle mesure vous pouvez être conscient de ce que je peux vivre et peut-être que je ne vous en dis pas assez. Mais ce mot se veut une ouverture, un pas avec vous, un acte symbolique.

Merci d'être là,  
L'Initiée

PASSEURE. « Être vertueux, c'est connaître la nature du désordre, qui n'est autre que l'ensemble de nos contradictions internes, des divers plaisirs, désirs qui nous tyrannisent, de l'avidité, de l'envie et de la peur qui nous hantent. » (Krishnamurti, 2000, p.33)

### 3.37 SCENE 37 : LA HONTE

**Mise en situation :** *Malgré tous ses efforts, l'Initiée se sent divisée, prise dans ses ruminations et dans la honte.*

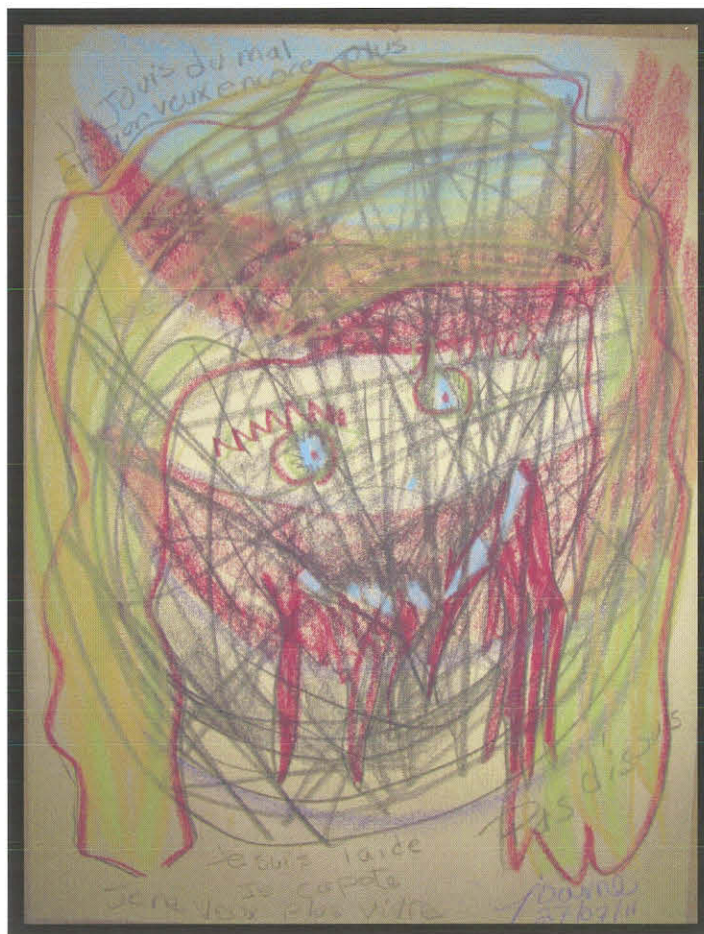
BORIS CYRULNIK. (...) j'ai souvent vu des honteux se cacher le visage derrière leurs mains, comme si ce comportement voulait dire : « Je ne supporte pas de voir que vous me voyez dans cet état. Votre regard me transperce jusqu'à mon intime médiocrité. (Cyrulnik, 2010, p.27)

*L'Initiée (se sent divisée, fragmentée. Elle écrit puis dessine le visage intérieur qu'elle cache).*

Je suis fragmentée, je me bats, il y a une petite en moi qui ne veut pas que ça existe.

- Je suis là petite.
- Je n'ai pas fait exprès, ce n'est pas de ma faute. Je ne veux pas que ça existe. Je ne veux pas être vue, j'ai trop mal. Je veux mourir. Je ne veux pas que personne ne m'approche, je ne veux pas être aimée, ça fait trop mal, je ne veux plus. Je ne veux plus vivre, je ne veux rien savoir de personne, plus jamais. J'ai l'impression de virer dingue. Je voudrais me tirer à quelque part, mais je ne sais pas où, il n'y a nulle part où je suis bien.
- Il n'y a pas personne qui ne peut me sauver.
- Je suis là petite, je suis là, je t'aime, on passe la tempête ensemble. Je suis là.

*L'INITIÉE (Suite à ces écrits, elle dessine ce qu'elle ressent).*



Dessin 7: La honte

L'INITIÉE (*après avoir dessiné sent le calme revenir en elle*). Ouf! La tempête est passée.

TÉMOIN. Ça me semble beaucoup d'efforts que tu dois faire pour arriver à départager tes sentiments et reconnaître ce qui vient du passé, arriver à l'accompagner et agir sur ce qui est présent.

L'INITIÉE. Oui c'est vrai. Vécu de l'intérieur, c'est titanesque. Peu de temps après cette lettre, je leur en ai écrit une seconde, toujours dans cet espoir, de me relier positivement et de transformer mes croyances :

Bonjour Mère et Père,

Je me suis vu hier glisser dans mes enjeux, alors par souci de notre lien, je vous envoie un *je me souviens* sur ce que j'ai observé.

Je suis à la cafétéria, je cherche Père du regard pour aller le saluer. J'ai peur de l'avoir choqué avec mon courriel. Je me sens insécure. Il n'est pas là. Je vois Mère arriver. Je veux la saluer. Elle salue une autre personne. J'observe que je suis braquée dans mes défenses. Je me sens jouer à la forte. J'ai les bras croisés et j'observe que ma posture dit: « Je suis capable de m'organiser sans toi ». Je ne sens pas le lien du cœur entre nous. J'ai coupé. Pourtant, nous avons eu des échanges courriels où le lien était là. Je suis surprise et déçue d'être là. J'observe, à travers la triade, que parce que je crois que le Père est en retrait, je me braque contre la Mère. Je suis consciente que je suis dans mes enjeux du passé, mais je suis incapable, sur le coup, de me dégager de ceux-ci. Je suis prise dans mon scénario, mais consciente d'y être. J'observe aussi que je suis en état d'alerte, psychiquement hors de mon corps. J'ai environ 4 ans et je suis paniquée par la situation.

En écrivant sur cette situation et en cherchant quoi faire avec cela, je réalise qu'il est très difficile pour moi d'aller parler à Père. Dans mon esprit, je serai la fatigante et serai rejeté comme mon père le faisait avec ma mère quand elle tentait de discuter avec lui. Dans cette histoire, où le passé et le présent se mêlent je vois que ce jugement dresse un mur d'impossibilités, une crainte insurmontable, alors je reste muette.

C'est donc dans le but de faire différent que je vous écris.

Avec cœur, L'Initiée

BORIS CYRULNIK. Le honteux dépersonnalisé par l'agression, n'a pas eu la force de s'opposer à l'emprise du dominateur ni même de s'affirmer face à lui. Il se sent moins que l'autre inférieur, diminué. Curieusement, cette énorme déchirure de soi crée un sentiment moral, « L'autre compte plus que moi ». (Cyrulnik, 2010, p.25)

PÈRE (*répond à la lettre de l'Initiée*). Bonjour et merci de réussir à demeurer reliée malgré toute cette misère qui peut t'accabler! Je t'en suis reconnaissant. Je suis désolé de n'avoir pu prendre une minute pour te saluer, ce que je fais en d'autres temps. Mère et moi étions préoccupés par notre travail. Nous nous donnions de l'info sur certaines personnes qui avaient un besoin pressant que nous fassions un contrat d'accompagnement avec

elles. Donne-nous à toi et à nous, plus de nouveau en t'autorisant à nous faire signe. Comme pour ce courriel, on ne peut te donner ce que ta vie a besoin que tu t'offres! On ne peut pas faire ce chemin pour toi. Voilà pourquoi je te remercie encore une fois pour ce courriel! Bon début d'hiver qui arrive ce matin. Le froid d'hier l'annonçait!

PASSEURE. « La déchirure entre ce que je suis et ce que j'aspire à être constitue une véritable blessure traumatique. Quand la réalisation de soi est minable comparée au rêve de soi, l'image déchirée qui nous représente crée un sentiment de honte sous notre propre regard. On peut donc éprouver une honte à montrer une image de soi que l'on croit déchirée, alors que l'autre ne la voit pas ainsi. » (Cyrulnik, 2010, p.31)

### 3.38 SCENE 38: ENCORE LA HONTE

**Mise en situation :** *L'Initiée est en projet avec un père et une mère, les délais d'attente sont longs dans les diverses communications et rencontres. Et elle décide de leur écrire, ce que ces délais lui font vivre :*

Bonjour Mère et Père,

Ce matin, je me suis réveillée perturbée. J'attends de vos nouvelles et je n'en ai pas. Cette attente me met dans un lieu de détresse où je rencontre la petite en moi qui ne veut plus vivre et qui a honte de vivre ce qu'elle vit.

J'ai à m'accompagner régulièrement en ces lieux depuis quelques temps. Je crois que le fait d'avoir déposé les armes me fait rencontrer cet enjeu de fond. Ce que j'avais transféré dans la relation parce qu'étant enregistré comme intolérable et indispensable, je le rencontre maintenant.

J'ai toujours su intuitivement que j'étais habitée de ce lieu sans vraiment en connaître la nature. Tout mon travail a été pour finir par réussir à récupérer cette partie de moi qui meurt de honte et qui ne veut pas être vue, alors il est aussi difficile d'apparaître à vos yeux ainsi. En même temps, je dois vous en parler pour me créer des conditions qui me sont favorables et qui me soutiennent. C'est une réalité que je trouve très difficile avec le contexte. D'un côté cette recherche nous incite à travailler « à quoi ma vie tente de répondre », et d'un autre, malgré les

bonnes intentions, il y a une surcharge de travail qui fait que les rencontres sont reportées, en attente... Par bout, j'en viens à ne plus avoir le goût de m'investir, je tourne en rond, je suis choquée, impatiente...

Mère, tu avais parlé de se donner de bonnes conditions. J'ai hâte qu'on s'en reparle. Père, je ne t'entends pas depuis un bout de temps. Est-ce qu'il y a une raison à cela?

Voilà, j'ai à cœur ce projet, je crois que vous aussi. J'aurais besoin de plus de soutien de votre part actuellement. Je ne sais pas si c'est une chose possible, mais c'est dit.

PÈRE. Bonjour, je vois bien dans quel borborygme tu trembles. Je sais pour ma part que je n'ai pas trouvé de réponse à ta demande de voir si tu pouvais nous accompagner dans notre travail. Je n'avais pas cette disponibilité, mais je savais aussi que de te dire « non » aurait été préférable que pas de réponse. Je n'avais pas reçu de demande explicite pour qu'on se rencontre. Ma responsabilité parfois est de me voir surchargé et de répondre quand un étudiant me demande une rencontre, mais pas vraiment de prendre la responsabilité pour elle, deviner son besoin et aller vers elle. Même si cela semble parsemé de honte comme tu le dis si bien. Je me rappelle ce moment à la cafétéria que tu nous as décrit où tu étais aux prises avec des enjeux tels que tu semblais paralysée et incapable de simplement venir nous retrouver. Dans ces moments-là, tu chicanes, mais rien pour qu'on se rapproche, j'en conviens. Tout ce bruit finit par t'évacuer des liens et nous distancer. Je ne saurais dire ce qui a besoin d'être fait. Peut-être essayer de se trouver un moment pour reprendre ce fil souffrant à trois, et voir ce que nous pouvons en faire.

L'INITIÉE (*écrit dans son journal après avoir lu la réponse du père*).

Quand je passe sur le mot « t'accabler », je sens une fissure s'ouvrir et me toucher profondément. J'arrive, après un moment, à écouter ce qu'elle sous-tend, et je réalise que je me sens ridicule de faire tant d'histoires dans cette triangulation. J'ai honte de moi. Je ne sais pas si je fais bien de demeurer ici. J'ai le goût de partir. Je ne sais pas si c'est lié à celle qui veut mourir. J'ai besoin d'aide et je trouve cela difficile à avouer pourtant j'en ai demandé souvent. Aidez-moi à avoir le courage d'avancer. J'aimerais en parler avec Père et Mère, c'est très difficile. J'ai peur. J'ai honte. Je ne sais pas comment faire ce pas. Père me disait qu'il ne pouvait pas faire

ce pas à ma place, c'est très difficile d'avancer dans un lieu où l'on ne veut pas être vu. Je prie afin de trouver le chemin pour sortir de la honte.

BORIS CYRULNIK : On s'adapte à la honte par des comportements d'évitement, d'enfouissement, ou de retrait qui altèrent la relation. Et pourtant, on finit toujours par sortir de la honte, mais on n'en sort comme d'un terrier. (Cyrulnik, 2010, p.28)

*L'INITIÉE (Dans une intention à la fois d'écoute et de reliance, elle écrit un conte à partir de son ressenti).*

### La petite fille sauvage

Il était une fois, une petite fille vivant au fond d'une grotte. Elle était à peine perceptible et portait une profonde peine. On ne pouvait que deviner sa présence tant elle avait peur d'être vue.

Cette enfant, quoique profondément blessée, avait aussi des pouvoirs redoutables; quiconque l'approchait risquait sa vie. Un bon jour, une vieille dame, vêtue d'une robe « blancbleutée » avec de petites étoiles blanches en surpiqûre, un grand sourire aux lèvres et la paix dans le cœur, passe devant la grotte.

La petite fille, devant cette beauté, s'approche de l'ouverture et entend une douce voix qui parvient à ses oreilles comme l'onde d'un fleuve. « Je te vois » dit-elle, « Je suis là pour toi, je sais que tu es en colère et que tu détruis tout ce qui s'approche de toi. Je n'ai pas peur, je t'aime et je suis là pour toi ». Devant cette marque d'affection, la jeune fille est désarmée. Mais elle sent tout de même une impatience en elle. Elle a le goût de vivre et de sortir de sa grotte avec toute la force qui l'habite. Alors elle se met à frapper au sol et la femme à l'extérieur comprend ce qui se passe, et se met à en faire autant.

Un groupe de femmes apparaît, venues de différentes directions. La petite fille se débat à l'intérieur de sa grotte avec des voix qui lui disent : « C'est ridicule ce que tu fais là, ça ne donnera rien, tu ne pourras pas y arriver ». Or, les femmes à l'extérieur se mettent à frapper encore plus fort que ses voix qui l'assaillent. Elles attendent sa venue depuis si longtemps. La petite se retient aux parois de la grotte

et en même temps l'attraction de sortir est si forte qu'elle est expulsée de sa cavité rocheuse

Les femmes, heureuses de sa venue, sont assises en rond et chantent doucement. Enfin, elle était celle qui, depuis si longtemps, faisait languir les cœurs. Les femmes se passent la petite dans les bras de l'une et de l'autre. Ce faisant, elles lui transmettent toute son affection et ses connaissances. La petite en a les larmes aux yeux. Jamais elle n'aurait cru qu'elle était tant attendue.

Or, elle comprend que ces femmes détiennent une grande sagesse et qu'elle est vraiment privilégiée. Elles la déposent au centre du cercle et elles se mettent à lui transmettre tous leurs pouvoirs en scandant un chant. À cet instant, la jeune fille se lève debout, fière et reconnaissante avec le goût de participer à la vie et, à son tour, transmettre le pouvoir aux jeunes filles cachées.

Elle a un don particulier, comme ce groupe de femmes, dont elle fait maintenant partie. Elle est une accoucheuse à la vie. Elle aide maintenant les enfants qui, comme elle autrefois, sont pris en dedans et, quand ils la voient, ils ne peuvent faire autrement que de venir à elle. Cet appel est fort, aussi fort que l'appel d'un océan.

Ainsi, jeune fille, si une vague se présente à votre porte, écoutez-la. Peut-être rencontrerez-vous un océan d'amour qui vous emportera vers votre prince charmant. Celui avec qui vous pourrez faire votre vie et partager votre amour. Parole d'une femme guérie.

BORIS CYRULNIK. Les contes sont souvent des récits de honte métamorphosée en fierté. *Le petit Poucet*, après tout, n'est qu'un nain dans une famille délabrée dont les parents sont déçus. (Cyrulnik, 2010, p.44)

JEAN HOUSTON. Le saut direct du royaume C'EST MOI à celui JE SUIS, l'unité de l'être, est rarement réalisable. Il existe bien sûr des pratiques spirituelles qui le propose, par exemple le bouddhisme zen, mais pour se libérer des entraves du royaume du C'EST MOI, la majorité des personnes ont besoin de l'amplification archétypale du personnel-particulier dans le royaume NOUS SOMMES (le personnel-universel). L'identification avec les grands mythes, les thèmes et les histoires archétypaux, voire l'archétype lui-même, produit



une ouverture de la psyché, qui à son tour accroît la sensibilité de la personne, si bien qu'elle peut accueillir la divine présence du JE SUIS. (Houston, 1990, p.53-54)

TÉMOIN. Qu'est-ce que t'a donné l'écriture de ce conte?

L'INITIÉE. Après l'écriture de celui-ci, j'ai senti émaner de la lumière dans mon corps. Cela m'indique que l'écriture de ce conte m'aide à me désidentifier, à laisser aller un voile qui me coupe de mon énergie vitale. Quand je vis ces expériences, je sais que je suis dans ma vérité. J'ai le sentiment de me réapproprier mon feu, le goût de vivre. Dans la relation au Père, enfoui dans ma psyché, j'ai voulu mourir, même je dirais plus je suis morte. Tout ce chemin a été fait pour me réapproprier. J'ai retrouvé celle qui a fait ce choix de mort, morte de honte, blessée par le rejet du Père et le jugement de la Mère, espérant être vue et accueillie. J'ai réalisé que toute ma vie a été habitée de cet aspect de moi. Un refus de la vie, et là, j'ai eu à choisir à nouveau. Qu'est-ce que je veux, continuer de traîner la mort comme un boulet qui quel que soit le projet vivant me ramène dans la mort ou être en ce lieu et, de là, choisir de faire différent. C'est ce que j'ai choisi. Je ne connais pas tous les éléments qui ont fait qu'enfant j'ai été si blessé et j'avoue que j'ai peur de le savoir. Cette zone de turbulence est si intense qu'on ne sait pas si on va perdre la peau, devenir fou ou passer à travers. Je suis passée à travers une longue nuit de couteaux et j'en ressors enrichie.

PASSEURE. « Ceux qui rêvent juste assez pour se donner un échantillon de bonheur découvrent ce qui leur reste à faire pour métamorphoser le réel et l'imprégner de leur désir. Ceux-là peuvent se dégager de la misère sociale ou du délabrement psychique » (Cyrulnik, 2010, p.48)

### 3.39 SCENE 39 : RENCONTRE SUR LA HONTE AVEC GRAND-MERE

**Mise en situation :** *L'Initiée ressent beaucoup de honte et rencontre une Grand-mère pour partager ce qu'elle vit.*

L'INITIÉE. Je me cache de vivre. J'ai le sentiment qu'une partie de moi peut rester cachée dans mon ancienne demeure, dans la nature. À notre dernière rencontre je te disais, « Je ne veux pas être vue », C'est comme si le déménagement que je suis en train de vivre me fait sortir de ma cachette et je ne veux pas. C'est tellement intense ce que je ressens.

GRAND-MÈRE. Qu'est-ce qu'il y a de si épeurant à être vu, à prendre ce risque-là?

L'INITIÉE (*pleure*). C'est comme si, être vu, ils pourraient voir que je suis épouvantable, je sais que ce n'est pas raisonnable mais c'est ce que je sens.

GRAND-MÈRE. Quelqu'un pourrait percevoir quelque chose d'épouvantable en toi?

L'INITIÉE. C'est fou! Tous les efforts que je dois faire pour rester là et continuer, ça me demande tous mes outils. Je m'expose de plus en plus et en même temps, j'ai ce démon qui me dit ça se peut que tu te plantes en « tabarnac »!

GRAND-MÈRE. Oui. Ce n'est pas une prise de risque banale.

L'INITIÉE. Il y a quelque chose du fond qui est éveillé.

GRAND-MÈRE. Oui, c'est un enjeu de fond. Tu n'as jamais touché à une mémoire explicite liée à cet enjeu, mais tu le portes, c'est sûr. Tu le vis. Tu as peur d'être perçue comme ça, qu'on perçoive quelque chose d'épouvantable en toi et tu as juste envie de disparaître, parce qu'on ne te tues pas. C'est toi qui finis par avoir envie de disparaître.

L'INITIÉE. C'est moi qui veux mourir au bout du compte.

GRAND-MÈRE. Oui, c'est quelque chose qui te fais sentir honteuse à en mourir. Et là, dans les choix de vie que tu as faits, tu t'exposes de plus en plus.

L'INITIÉE. Oui. Je trouve cela très difficile. Je ne sais pas si je vais passer au travers.

GRAND-MÈRE. Tant que ça?

*L'Initiée pleure.*

GRAND-MÈRE. Ça te donne le goût de tout abandonner, de retourner là où tu étais?

L'INITIÉE. J'y pense. Je ne le fais pas. Je continue, mais je comprends tellement les gens qui démissionnent.

GRAND-MÈRE. Oui. La honte peut avoir cet effet destructeur à ce point qu'on refuse de s'épanouir dans la vie pour éviter de s'exposer à cette honte. Tu n'es pas la seule.

L'INITIÉE. C'est comme si tu arrives à une place où tu ne sais vraiment pas si tu as les capacités de traverser cela.

GRAND-MÈRE. Et là, ce serait de savoir comment négocier avec quelque chose de si fortement ressenti et de si peu identifié d'une autre façon. Je vais te proposer de faire un rituel. Choisis un âge de toi entre deux ans à la puberté.

L'INITIÉE. Trois ans.

GRAND-MÈRE. Prends le petit coussin bleu qui est là : c'est toi à trois ans. Ce rituel implique de faire un voyage intérieur avec toi-même de l'âge de trois ans à aujourd'hui. Toi, la femme de cœur que tu es devenue avec cette merveilleuse sensibilité que tu as qui est en train de rentrer en contact avec la petite fille que tu étais à trois ans. Qu'est-ce que tu perçois chez elle comme besoin?

L'INITIÉE. Je la sens en moi, et je la sens être en contact avec quelque chose qu'elle ne veut pas qui existe. Elle a besoin de se cacher.

GRAND-MÈRE. Donc tu es en train de lui dire : « Je te vois, je t'entends. En ce moment, tu es en contact avec quelque chose dont tu ne veux pas accepter l'existence, et ça te fait vivre une honte des plus profondes. »

L'INITIÉE. Elle a besoin d'être bercée.

GRAND-MÈRE. Donc tu la berces et tu la prends sur toi dans tes bras.

L'INITIÉE. C'est difficile.

GRAND-MÈRE (*se rapproche de l'Initiée*). Je le remarque. Dis-moi ce qui se passe?

L'INITIÉE. Je lui dis des paroles rassurantes comme : « Ça va aller, je suis avec toi... »

GRAND-MÈRE. Dis-lui : « Je ne sais pas ce que tu veux qui ne soit pas là, mais tu peux savoir que peu importe ce que c'est, tu ne me perds pas. Je vais être avec toi peu importe. » Elle ne perdra pas ton amour et ta présence. C'est la première chose qu'elle a besoin de savoir. Et je sais qu'en lui disant cela à partir de ton cœur, elle n'aura aucune difficulté à te croire.

L'INITIÉE. J'ai besoin d'aide.

GRAND-MÈRE. Dit-lui que tu es là pour l'aider.

L'INITIÉE. Elle a peur.

GRAND-MÈRE. Dit-lui que peu importe la peur qui l'habite, elle peut compter sur ta présence, ton accueil, ton réconfort et tout ce dont elle peut avoir besoin. Tu lui dis qu'il n'y a rien qui peut exister en elle qui peut t'enlever ton désir d'être là, avec elle. Peux-tu l'amener dans un lieu sûr? Tu t'y installes confortablement et tu vas projeter un film sur ton écran intérieur et, puisque vous partagez le même écran intérieur, vous allez pouvoir voir le film. Elle a juste à rester avec toi et là, tu vas projeter un souvenir de toi à 4 ans, 5, 6, 7, 8, 9, 10 ans. Tu continues de rester en lien avec elle et de monter d'une année à la fois, un souvenir à chaque année. Tu montes, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17. Tu t'assures qu'elle est toujours avec toi. Tu respirez avec elle et tu continues ta montée. Tu montes à ta majorité : 18 puis 19, 20, 21, 22, 23, 23, 24, 25...jusqu'au moment présent. Tu arrives avec elle au temps présent et tu l'amènes visiter ta demeure, ton lieu de travail. Tu lui montres les diplômes que tu as, les objets et les photos importantes. Fais-lui voir tout ce que tu as envie de lui montrer. Maintenant, tu vas trouver un endroit confortable pour t'installer avec elle, chez toi. Tu lui dis combien elle est importante pour toi, et que c'est chez toi qu'elle habite maintenant et que, peu importe ce qui l'habite, elle ne va jamais te perdre jamais. Elle peut toujours compter sur ton accueil. Elle n'a plus à être seule ou à avoir peur de perdre ta

présence. Dis-lui, maintenant que vous avez fait un long voyage ensemble, qu'elle peut se reposer dans tes bras, mais avant vérifie si elle a une question à te poser.

L'INITIÉE. Elle me demande si je suis heureuse dans ma nouvelle demeure?

GRAND-MÈRE. Réponds-lui la vérité. L'important pour elle, c'est d'être avec toi, peu importe où tu es.

L'INITIÉE. La vérité c'est que je ne sais pas trop. Des bouts j'aime ça, d'autres bouts je trouve ça difficile.

GRAND-MÈRE. Dis-lui, ma belle que tu sois heureuse ou pas, sache que ça n'affectera jamais ma capacité d'être là, avec toi. C'est ça qu'elle a besoin de savoir. Et dis-lui que tu ne vas pas prétendre être heureuse quand tu ne l'es pas. Tu vas lui donner l'heure juste. Demande-lui si elle a d'autres questions à te poser.

L'INITIÉE. Elle me redemande si je vais être là pour elle.

GRAND-MÈRE. Dis-lui qu'elle peut te poser cette question autant de fois qu'elle le veut. Que ça te donne une nouvelle occasion de lui répondre la vérité du fond de ton cœur, et que oui, tu vas toujours être là avec elle, et tout ce qui existe en elle. Et surtout, quand je ne suis pas heureuse ou que je « file un mauvais coton », n'hésite pas à me le demander. Je ne voudrais pas qu'elle reste toute seule avec des doutes. Maintenant s'il n'y a plus de questions, dis-lui qu'elle peut se reposer pendant que tu vas me parler. Toi, l'Initiée, est-ce qu'il y aurait des choses que tu voudrais me demander en ce moment?

L'INITIÉE. Est-ce que tu crois que ce que je vis est traversable?

GRAND-MÈRE. Oui, définitivement, tu as toutes les qualités d'être humain voulu pour que je puisse te répondre oui sans hésitation, c'est traversable. Je voudrais juste ajouter un petit mot : ta mère n'était pas heureuse et ce n'était pas à cause de toi.

L'INITIÉE. Je pense que c'est juste. Mon Dieu, je pense que toute ma vie, j'ai eu le sentiment de porter quelque chose, mais de ne pas savoir ce que c'est. Toute ma vie, j'ai cherché à reprendre mon pouvoir dans ce lieu-là.

BORIS CYRULNIK. Quand la vie reprend après une agonie psychique, on peut parler de résilience, mais quand le « contenant n'est pas recousu » une blessure demeure enfouie, indicible et pourtant organisatrice muette de la nouvelle personnalité. Plus cette zone demeure mortifiée, cryptique, jamais élaborée, plus elle agit sans mot dire et freine le processus résilient. La « crypte honteuse », enfouie dans le monde intime, agit selon les circonstances, mais chaque jour elle empoisonne le lien intersubjectif. (Cyrulnik, 2010, p.73)

GRAND-MÈRE. Il y a tellement eu de non-dits dans ton enfance, de choses que tu as senties sans que ce ne soit nommé. Tu as fait comme tu as pu, ça t'a laissé avec beaucoup de senti sans savoir pourquoi c'est là. Une petite fille qui a une mère malheureuse, elle peut en inventer des choses. Si ta mère avait pu nommer; « des jours je vais être heureuse d'autres pas ce n'est pas à cause de toi, tu n'as pas à avoir peur », tu n'aurais pas eu à te poser des questions.

L'INITIÉE. C'est vrai et ça aurait conservé le lien.

GRAND-MÈRE. J'ai l'impression que ta mère prenait ça pour acquis, elle croyait que ça ne valait pas la peine d'être nommé, ce n'était pas par mauvaise volonté. Elle a toléré beaucoup de senti pas nommé et elle t'a légué ça aussi.

VINCENT DE GAULEJAC. Les chemins pour remonter aux « sources de la honte » sont semés d'obstacles, de doutes et de souffrances. Dans la mesure où le sujet n'est pas uniquement concerné personnellement, il doit comprendre en quoi il est également « habité » par la honte de ceux qui lui sont proches, de ceux qu'il a besoin d'aimer, de ceux dont il attend l'amour. Il prend le risque, en voulant échapper à sa propre honte, de leur faire honte à son tour. **Le dégageement est un travail délicat. Il consiste à partir à la**

**reconquête de la vérité dans l'histoire familiale, afin de démêler le vrai du faux dans ses relations à soi-même et aux autres.** (de Gaulejac, 1996, p.30)

L'INITIÉE. Tiens, il me vient un texte en tête que j'ai le goût de vous partager :

Mon cœur est fébrile de retrouver sa famille, peureux, tremblant. M'avez-vous rejetée? Il a peur, il est vieux, vulnérable, se tient sur une canne et pleure. Je vous ai tellement manqué? Incrédule, chevrotant de l'épreuve passée, je n'ai pas voulu vous déranger de ma *crasseté*. Je me sentais laide et non regardable sur cette face du monde, alors je me suis cachée. J'avais honte, honte de moi, de mon passé, de l'indicible et de l'innommable. Je suis laide avec moi, sortie de sa grotte, en ce lever de jour. Ce moi est vieux et masculin. Je ne suis pas sûre qu'il soit moi. Il n'est peut-être pas mien, mais la face cachée du Père? Je suis sensible, vieux, tremblotant et vivant. Je n'ai jamais voulu apparaître dans ma vulnérabilité. Elle était à rejeter. Je suis désolé du mal que je vous ai causé en étant que ma moitié.

PASSEURE. « Et c'est le non-dit qui entretient la honte et la consolide. » (de Gaulejac, 1996, p.30)

### **3.40 SCENE 40 : UN TRAVAIL LABORIEUX**

**Mise en situation :** *Pendant plusieurs mois l'Initiée pratique ce que sa Grand-mère lui a appris. Elle se rencontre à de multiples occasions dans des espaces de découragement, de peur, et de détresse. Elle fait le lien entre elle et la petite en elle. Elle la rassure. Elle sent un de ses Pères distants, et est en opposition avec une de ses Mères. Cette situation contribue à la faire travailler sur ses enjeux.*

L'INITIÉE (*écrit tout en étant en dialogue intérieur avec sa petite*).

Qu'as-tu petite? Je te vois avec ton envie de pleurer, parler... Je te vois aussi dans le goût de rien. La petite en elle répond : « J'aurais besoin d'être soutenue par Papa, qu'il me voit. Je n'ai le goût de rien faire s'il n'est pas là. Je veux faire les choses pour qu'il me trouve belle et bonne, pour qu'il m'aime. Sinon, ça sert à quoi de vivre. J'existe par le regard de l'autre, de papa. » (*L'Initiée se parle tout haut*) Je pense à toutes les fois où je me dis : « S'il me voyait, il m'aimerait ». Incroyable quête

d'amour. Agir pour l'autre. Je me retrouve en paix, calme, c'est moins demandant de juste être. T'as pas à être extraordinaire, t'as juste à être. Je t'aime ma petite. C'est un défi, de vivre ici, proche d'un Père et de ne pas chercher à vivre par son regard.

TÉMOIN. Que se passe-t-il lorsque tu dis : « Je me retrouve en paix? » Il me semble qu'au début du dialogue intérieur le sentiment présent était de la tristesse. Qu'est-ce qui cause le changement d'état?

L'INITIÉE. Avoir ce type de dialogue avec moi m'aide à reconnaître les sentiments qui sont soulevés mais qui appartiennent davantage à mon histoire. Je me réassure intérieurement en permettant à ses affects d'exister et en les accueillant sans les juger. C'est ce processus qui m'aide à me réunifier, et à sortir de la fragmentation.

TÉMOIN. Qu'est qui te fait dire que tu étais fragmentée?

L'INITIÉE. J'avais vu un père, lors d'un évènement la veille. J'ai réalisé que je n'arrêtais pas de le surveiller, même si j'essayais de me rassurer ça ne fonctionnait pas. Je me sentais en hypervigilance et c'est ce qui a allumé cette intuition que je devais être fragmentée. Ce n'est que le lendemain que j'ai réalisé que je sentais mon lien menacé avec ce père parce qu'il partait pour un an et malgré que nous ayons un travail ensemble, il ne m'avait pas avisée personnellement de ce départ.

GRAND-MÈRE. C'est une demande tout à fait légitime, dans un tel contexte. C'est vrai que tu aurais dû être avisée de ce départ.

L'INITIÉE. J'ai appris ce départ lors d'une réunion qui n'avait pas de lien avec le travail que je fais avec ce père. J'ai réagi de façon défensive. Je me suis dit : « Tu peux bien partir, je m'en fous! » Ce n'est que plus tard que ces émotions sont remontées, et que j'ai réalisé que je me mentais. Son départ m'insécurise.

TÉMOIN. Qu'as-tu fais alors?



L'INITIÉE. Je lui ai écrit pour lui dire que j'étais affectée par son départ et que je me demandais comment allait se poursuivre le travail d'accompagnement que nous avons entamé ensemble. Il m'a répondu qu'il continuerait d'être présent par la voie virtuelle. Ça m'a rassurée. J'aurais aimé l'apprendre autrement, et ça, je n'ai pas osé lui dire.

GRAND-MÈRE. Je trouve que c'est tout à fait légitime.

TÉMOIN. Qu'est-ce que ça te fait quand ta grand-mère te dit que c'est légitime comme demande?

L'INITIÉE. Ça m'aide à reconnaître que ce n'est pas parce qu'une situation me fait fragmenter que j'ai tort en tout point. Je peux, dans un premier temps, rétablir mon équilibre intérieur par le travail de réintégration du Soi, ce qui ne m'empêche pas, par la suite, de nommer une insatisfaction par rapport à la relation présente. Elle m'aide à me tenir debout, à avoir plus confiance en moi.

TÉMOIN. Cela semble important pour toi de séparer le passé, du présent. Est-ce que tu peux m'en dire un peu plus à ce sujet?

L'INITIÉE. Ce que j'apprends, à travers ce rituel, est que si je veux sortir de la reproduction de mes relations premières dans mes relations actuelles, quand je réalise que je suis fragmentée, que quelque chose dans la situation présente vient réveiller des mémoires anciennes, ici on parle de mémoires d'abandon du Père, je dois dans un premier temps m'occuper de la fragmentation. Sinon, je vais aller vers le Père avec la charge affective du passé ce qui risque de lui aussi l'activer. Je veux prendre la responsabilité de ce qui m'appartient et ne pas le transférer sur l'autre, en tout cas le moins possible. Je veux me réapproprier mon pouvoir dans ce lieu et pour cela, je ne dois pas chercher réparation du passé à travers mes relations actuelles, c'est tout un défi. J'ai écrit un mot en ce sens que j'ai le goût de vous transmettre :

Je sais qu'à travers cette triade d'accompagnement je recherche un lien, un espoir de réparation d'une division du passé. Je prie pour laisser tomber la quête externe, C'est en moi que je dois cultiver ces liens. Sentir ce lien me donne l'autorisation de

vivre par moi-même. Je n'en reviens pas de l'ampleur des mises en scènes que l'on se crée pour essayer de restaurer ce qui a été blessé.

GILLES DELISLE. En psychothérapie, la relation transférentielle est le théâtre des reproductions du client. Par reproduction, nous entendons « *le processus par lequel la personne utilise l'environnement pour perpétuer son attachement aux objets internes (...)* » (Delisle, 1998, p.148)

SYLVIE DUNN. En d'autres mots, le client transformera inconsciemment son thérapeute, selon les besoins du moment, en figures significatives internalisées de son passé développemental. Il lui fera porter les intentions, les attitudes, les gestes ou les paroles de ces figures. De fait, le thérapeute est perçu à travers le prisme déformant des représentations internes du client. C'est donc ainsi que seront rééditées dans la relation psychothérapeutique les situations inachevées du passé développemental de la personne, sous forme d'impasse de contact. Le thérapeute devient donc le dépositaire d'affects puissants qui font de lui tantôt un objet d'amour, tantôt un objet de haine et parfois les deux en même temps. Les particularités et l'intensité de ce déploiement transférentiel nous informent sur la nature de la blessure à réparer. (Dunn, 2005, p.54)

PASSEURE. « De par la forme, vous êtes et serez toujours inférieurs à certains et supérieurs à d'autres. De par l'essence, vous n'êtes ni supérieur ni inférieur à personne. » (Tolle, 2005, p.91)

### 3.41 SCENE 41 : PASSER A L'ACTE AVEC UNE MERE

**Mise en situation :** *L'Initiée réalise qu'une partie de ce qu'elle ressent est la reproduction de son histoire. Par contre, elle commence à réaliser que ce père avec qui elle conjugue dans sa vie actuelle, a aussi ses failles et que, tout ne lui appartient pas. Face à la mère, elle cherche comment rétablir le lien. Elle est exaspérée des attentes et continue, en se permettant d'écrire tout ce qu'elle ressent, de départager ce qui lui appartient de ce qui ne lui appartient pas.*

*L'INITIÉE (écrit dans son journal).*

Je suis arrivée dans ce projet de recherche avec cette impression de me tuer dans l'œuf, et il me semble toujours être au même endroit. Je me vois dans la vengeance face à ce père et cette mère qui me mettent toujours en attente. Je me dis c'est de votre faute. Je veux qu'ils souffrent et voient leur culpabilité. Je rage de ne pas avoir de réponses. Je suis écœurée de faire des efforts.

Père est-ce que tout ça n'était que foutaise, était-ce ainsi parce mon lien idéalisant te nourrissait et te maintenait dans ta supériorité? Pourtant, je sais que malgré que cela puisse être vrai, que tu as aussi été là avec cœur. Peut-être que j'ai à reconnaître et à accepter que ce n'est peut-être pas possible que la relation se transforme. Reconnaître le chemin parcouru, l'amour reçu et les limites de celle-ci. Au moins, je ne suis plus dans le : je meurs si le lien n'existe plus. J'ai quand même fait du chemin depuis deux ans.

Je me sens aussi en opposition avec la Mère. Je ne me sens pas écoutée, soutenue et je me bats, débats, j'erre et l'accuse de ne pas vouloir que j'apparaisse vraiment. J'aimerais tellement arrêter de me battre mais aussi d'avoir peur. Je porte cette croyance, que les femmes de pouvoir ne veulent pas que j'existe, je suis trop dérangeante. Comment faire pour donner mon meilleur tout en ne rejetant pas l'autre, garder l'autre dans mon cœur comme une amie, pas comme une rivale à battre. Je prie pour nourrir ce passage avec la Mère et avec toutes les femmes avec qui je pourrais être en compétition. Je prie pour avancer avec les femmes et donner mon meilleur.

SYLVIE DUNN. Le manque de générosité des parents (tout comme celui du thérapeute) peut s'exprimer de différentes manières, allant de petites mesquineries à de grandes défaillances égocentriques. Au cours du développement, si ce manque de générosité est constant, manifesté par l'incapacité à donner de soi-même en terme de temps et d'engagement, nous serons sans doute en présence d'une des blessures qui renvoie de la manière la plus criante au manque d'amour, car elle s'insinue dans les enjeux développementaux, laissant à l'enfant, puis à l'adulte, un sentiment d'indignité et la certitude de ne pas avoir été assez bien pour mériter l'amour, la générosité de ses parents. (Dunn, 2005, p.84)

*L'INITIÉE (écrit dans son journal).*

C'est vrai ça. J'ai vraiment ce sentiment de croire que je ne mérite pas l'amour et j'ai aussi l'impression de saboter certaines relations sans trop savoir comment je m'y prends. Cette relation transférentielle me donne le sentiment de ne pas être à la hauteur, d'être fautive. Je suis déçue et je vis cela comme un échec. Je n'ai plus le goût de ce négativisme, si nous ne sommes pas capable de nous donner un bon cadre de travail, je vais me retirer, cela me fait beaucoup de peine à dire. Je ne sais pas si je serai capable d'arrêter de vous haïr en silence et de faire la paix. Pourtant vous êtes tout de même dans mon cœur, probablement que si ce n'était pas le cas, ce serait plus facile. Je crois que ça me ferait tellement de peine de partir que je préfère haïr et rester. Si je quitte, je veux le faire avec cœur, si je reste je veux aussi le faire avec cœur. Je vous en supplie de m'aider. Tout devient confus pour moi. J'ai de la difficulté à nommer ce qui me déplaît aux gens. J'achète l'amitié en me taisant. Je rumine face à la Mère, c'est aussi parce que j'ai des choses à lui dire, c'est une entreprise bien difficile, et je me prostitue de peur de me retrouver seule. Je me sens traitée par elle comme si j'étais une mauvaise personne. « On la met de côté ». Je prie pour avoir le courage de mes opinions, osez dire, avancer avec qui je suis, une femme de cœur debout. Père et mère ont raison sur certains points. Ils m'ont dit que je me retirais dans la réflexion pour me protéger. Je crois que je me serais souvent choquée envers eux, alors je serais probablement restée plus vivante et dans le lien. Mais je crois que je me sentais tellement submergée, que cette distance était nécessaire. Mais là, ce n'est plus le cas. Va de l'avant.

*Quelques temps plus tard, l'Initiée va prendre une marche et est attentive aux messages qu'elle reçoit de la vie :*

Je vais prendre une marche au bord du fleuve, près de chez moi. Je me dis en marchant, « Je ronge mon frein ». Je me sens dans une plainte, l'insatisfaction quant à mon déploiement professionnel. Je marche en étant présente à mon état intérieur et à mes pas. Je m'assois sur une roche et exprime à la nature ce qui m'accable. Des paroles d'un livre que je suis en train de lire me reviennent en mémoire. « Le désir tue le présent ». À ces paroles mon affolement s'arrête. Je me lève et continue ma marche. Une pièce de métal rouillée par la mer attire mon attention. Ce qui me surprend est le carré de caoutchouc au bout. C'est une pièce automobile. Je continue ma marche et monte sur le belvédère, la pièce en main. Soudain, j'ai un éclair, la pièce de métal est un frein rongé par la mer!!! J'ai l'impulsion de la retirer à la mer, mais j'attends quelques secondes. Il y a des oiseaux et je ne veux ni les effrayer, ni les frapper. Mais dans cet arrêt, il y a aussi une hésitation entre retenir ou laisser aller. Je me dis écoute ton impulsion première. Je lance la pièce à la mer en lui disant que J'ai bien reçu le message : Laisse aller cette attitude de ronger ton frein. Je me sens pleine de vie, dans l'énergie et je reviens revigorée de cette marche.

TÉMOIN. Est-ce que ces prises de conscience et le travail que tu fais, t'aident effectivement à passer à l'action, à nommer ce que tu vis?

L'INITIÉE. Après cette marche, j'ai écrit une lettre à père et mère, mais un peu comme dans ma marche. Je ne l'ai pas envoyée tout de suite. J'avais trop peur de leurs réponses. Mais quelques mois plus tard, mère m'écrit pour me faire part d'une formation qui sera donnée. Je suis en colère quand je reçois cette lettre, et lui répond ceci :

Bonjour Mère,

Je veux t'écrire depuis un moment.

Je ne suis pas capable de répondre à l'affirmative à ton courriel pour plusieurs raisons. J'aurais vraiment besoin d'une rencontre avec toi pour me mettre à niveau d'un point de vue relationnel.

Je t'ai envoyé un courriel en juillet suite à ton invitation pour offrir un atelier. Je n'ai jamais eu de nouvelles de toi. J'ai besoin de savoir ce qui se passe. J'ai envoyé aussi un travail à deux reprises en avril et juin à toi et à père. Rien là non plus.

Je suis en colère. Je n'ai pas le goût de contaminer ni les autres, ni moi-même, ni notre relation d'énergie négative. Je veux te parler depuis un bon moment et je réalise combien c'est difficile pour moi de le faire. J'ai appris jeune à me taire, je me coince dans une impasse de contact, me rebelle, m'oppose... et ce n'est pas ce que je souhaite.

Bref, Mère, c'est plus dans un cœur à cœur que j'aimerais te rencontrer.

TÉMOIN. Moi, ce qui m'intéresse de savoir est plus qu'est-ce qui est en train de se construire à travers ces démêlés que tu as avec ce père et cette mère?

L'INITIÉE. Présentement, ce que je suis en train de construire en moi? Je dirais que celle qui ose aujourd'hui, c'est plus la vraie moi, plutôt que celle qui veut plaire au père et qui pile sur sa mauvaise estime d'elle-même pour le faire. En ce sens, je remercie, Père et Mère parce qu'en ne répondant pas à mes attentes, ils m'obligent à me faire face et à aller puiser dans toutes mes ressources pour arriver à me nommer et prendre ma place.

*Mère répond au courriel de l'Initiée.*

Salut,

Il est une heure et douze... Je n'arrête pas ... J'aurais tellement voulu t'attraper au téléphone à des heures convenables ...

Malheureusement, je suis hyper *bookée*... J'ai une vie exigeante. J'ai entendu ta peine que tu nommes comme une colère. Et j'en suis vraiment désolée... Je n'ai jamais voulu te faire de la peine... Je suis désolée ... mais je me sens aussi questionnée... Je me demande pourquoi, malgré toute notre histoire relationnelle et toute mon implication dans ma relation avec toi, quelque chose de l'ordre de la confiance ne se stabilise pas...

Moi aussi j'ai besoin que l'on puisse se parler... Je t'avoue que je trouve notre relation pas simple... ça me désole ... Je ne trouve pas que la confiance règne... J'ai le sentiment qu'il m'est toujours demandé de faire des preuves... de quelque chose dont j'ignore la nature... Je ne sais pas si c'est la preuve de mon intérêt pour toi, de mon amour, de ma considération ou quoi encore... Je me sens fatiguée... Ce type d'épreuve est devenu trop exigeant pour mon âge et les exigences de ma vie actuelle.

J'ai une vie ... J'ai eu une année horrible ... un hiver difficile ... plein de deuils... J'ai eu, suite à cela, un été avec des problèmes de santé... qui m'ont fait tout arrêter ... ça aussi tu le sais ... car je te l'ai raconté ... J'ai traversé tout ça dans l'ensemble de mes immenses responsabilités... Dans tout ça j'avoue ... plus souvent qu'autrement, j'ai été débordée ... J'ai perdu même le contrôle sur mes mails... Je suis vraiment désolée que Père et moi n'ayons pas répondu à ton message que je ne retrouve d'ailleurs pas... Je suis désolée aussi pour le mail que tu as m'as envoyé ...

Je suis désolée profondément s'il y a eu des malentendus.

Je sais que tu connais ma vie, Je sais qu'on en a déjà parlé... J'ai une entente avec toutes les personnes avec qui je travaille que lorsque je ne rebondis pas vite on n'interprète pas mon débordement comme un manque d'intérêt mais comme une impossibilité ou une échappée dans la montagne de mes sollicitations.

Quand la confiance est là, on me relance ... On ne se fâche pas pendant des mois sans faire le suivi... Si je ne suis digne ni de ta confiance, ni de ta compassion alors à quoi jouons-nous ?

Je suis hyper fatiguée... Je ne voulais pas te répondre par écrit ... Je voulais qu'on puisse se parler de vive voix. J'espère que tu m'entends ...

Je te saurais gré de me relancer pour un café dans la semaine ...

Je te souhaite une belle fin de semaine ... et au plaisir de continuer cette conversation.

PASSEURE. « Même si nous en conservons le fantasme, une fois dépassé le stade de nourrisson, nous ne pouvons espérer l'amour inconditionnel de qui que ce soit. Si nous avons eu la chance d'en être bénéficiaire durant les premiers temps de la vie, nous serons sans doute plus aptes à en effectuer le deuil devenu adulte. » (Dunn, 2005, p.55)

### 3.42 SCENE 42 : MALADIE D'UNE MERE ET RAPPROCHEMENT AVEC UNE AUTRE MERE

**Mise en situation :** *Pendant cette même période, une autre des mères de l'Initiée a des problèmes de santé. L'Initiée est doublement inquiète parce qu'elle a fait un rêve quelques temps plus tôt dans lequel sa mère l'appelle et lui dit d'une voix ténue qu'elle ne va vraiment pas bien. Elle a l'impression que ce rêve est prémonitoire.*

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Une pensée pour mère ce matin et son état de santé. Maman je t'aime. Je ne voudrais pas que tu meures. J'ai le sentiment que tu as quelque chose de grave et cela m'attriste. Toutes ces années à te fuir et à ne pas être capable de t'aimer. Quelle bagarre! J'aurais aimé que ce soit différent. J'aurais aimé que mon cœur d'enfant reste ouvert et que je puisse profiter de cette relation. Je sais que tu attends ce moment depuis longtemps. En fin de semaine, j'ai fait un rituel pour que ce barrage face au Père et la Mère cède, que cette chose pas rapport qui a construit tout ce mur de pierre lâche prise. Je prie pour aimer et lâcher prise sur mes vieilles rancunes. Je prie pour la gratitude. Tant de petits mécanismes de fuite et de protection m'habitent. Je suis vraiment désolée de cela.

TÉMOIN. Pour quelles raisons crois-tu avoir développé ces mécanismes de protection face à ton lien avec la Mère?

L'INITIÉE. J'ai fait un rêve dernièrement et en essayant de l'analyser, ce que je percevais est mon sentiment d'intrusion, d'envahissement face à la Mère. J'ai l'impression qu'elle veut me contrôler et dans mon rêve, ce que je comprends est que je lui dois soumission

sinon je suis exclue. Mon impression est que je suis en combat avec la Mère et chacune essaie de gagner le contrôle sur l'autre. C'est en partie cela. Il doit y avoir autre chose; je le pressens sans pouvoir le nommer.

*L'Initiée rencontre la mère avec qui elle a eu des échanges courriels afin de nommer ce qu'elle vit à travers cette relation et tente de rétablir le climat de travail avec celle-ci.*

L'INITIÉE. Depuis qu'on travaille ensemble avec Père, pleins de mes enjeux sont soulevés à travers cette équipe de travail. Au départ, j'avais le sentiment que j'allais me désintégrer si Père quittait la relation. Tu m'as suggérée que Père fasse partie de cette triade de travail pour que je puisse travailler sur ces enjeux de fond.

MÈRE. Oui, je me souviens.

L'INITIÉE (ajoute). J'observe ma difficulté à t'exprimer ce qui me déplaît, la différenciation est vécue par moi comme une menace importante : « Si je parle, je perds l'amour » et en même temps si je laisse passer le lien d'amour, j'ai la croyance que je vais être abusée, contrôlée... Je sais que mes peurs appartiennent au passé et que cette croyance est rattachée à des enjeux développementaux primaires. L'impact d'une telle perte est enregistré dans ma psyché comme quelque chose d'absolument insupportable. Un enfant ne peut pas vivre sans l'amour de sa mère. Le courage demandé pour arriver à te nommer ce vécu malgré la croyance et le dilemme que je porte sont titanesques vu sous cet angle. Ce que je réussis à faire à tatillon et graduellement, ce qui m'aide grandement, est que tu continues de m'accueillir avec cœur malgré mes revers et replis.

GRAND-MÈRE. Lors de moments de reproductions transférentielles, il est important d'offrir un accueil inconditionnel et, plus particulièrement, lorsque cette reproduction nous concerne comme thérapeute, afin d'établir un climat de confiance et que le client puisse communiquer ses peurs, ses colères, ses peines. La capacité d'accueil de nos émergences face au client nous permettra de mettre celles-ci au service du client plutôt que de les agir de manière inconsidérée dans la relation thérapeutique. Ainsi, le client pourra avec l'aide du thérapeute faire éventuellement une prise de sens parce qu'il aura expérimenté d'être



reçu dans sa plus grande terreur, colère, peine... sans que ces prédictions apocalyptiques ne se produisent.

MÈRE. Qu'est ce qui te dérange au juste entre nous?

L'INITIÉE. C'est souvent après nos rencontres que je ne me sens pas bien. Pendant j'ai de la difficulté à le nommer et à le réaliser. Souvent, je me sens envahie et je me dissocie. C'est pourquoi j'ai de la difficulté à parler. Ce que tu dis a souvent beaucoup de sens et j'ai de la difficulté à arriver dans la relation avec ce que moi je porte.

MÈRE. Moi, j'ai de la difficulté avec les gens qui ne sont pas souverains.

L'INITIÉE. J'aurais besoin que tu me questionnes davantage pour m'aider à verbaliser mon projet plutôt que de me dire ce que tu vois.

GILLES DELISLE. En psychothérapie du lien, l'herméneutique exprime une forme de dialogue qui vise la co-crédation du sens de l'expérience du client : » L'intervention du thérapeute doit porter une invitation à s'interroger conjointement sur le sens d'une expérience. Elle doit viser d'abord à circonscrire un phénomène dont le sens n'est pas évident en lui-même et attirer l'attention du client sur ce qui mérite d'être interrogé. Puis elle doit contribuer des perspectives auxquelles le client n'a pas accès de manière individuelle, mais qui soient suffisamment signifiantes pour qu'elles stimulent sa propre créativité et mobilise un regard introspectif. (Gilles Delisle, 1998, p.108)

MÈRE. Il y a d'autres chercheurs qui ont davantage ce sens que moi. Peut-être que quelqu'un d'autre pourrait mieux t'aider dans ta recherche que moi.

L'INITIÉE. J'y ai pensé mais ce que je préfère, dans un premier temps, est de voir si on peut, suite à cette discussion, mieux s'ajuster l'une à l'autre. On a déjà un bon bout du travail fait ensemble, et je tiens à notre lien malgré tout ce qu'il peut me faire vivre.

MÈRE. O.K. Ce que je te propose c'est qu'on se fasse une autre rencontre rapidement pour enligner la suite du travail à faire ensemble. Est-ce que ça t'irait ainsi?

L'INITIÉE. Oui, je suis contente que nous nous soyons parlé à cœur ouvert. Merci.

MÈRE. Prends le temps de voir comment ce qu'on s'est dit se dépose en toi suite à notre rencontre, et reviens-moi pour qu'on se fixe un rendez-vous.

PASSEURE. « En relation transférentielle et en mode reproduction, nous sommes intimement convaincus que la personne n'est pas réduite à ce qui s'exprime ici et maintenant, qu'elle peut éventuellement reconnaître et faire sens de son expérience et, ultimement, être réparée par la relation, pourvu qu'elle soit d'abord et avant tout accueillie de manière inconditionnelle. » (Dunn, 2005, p.60)

### 3.43 SCENE 43 : REVE D'UN PAS DE PLUS VERS LE FEMININ

**Mise en situation :** *L'Initiée fait un travail d'analyse suite à un rêve.*

L'INITIÉE. J'ai fait un rêve que j'ai le goût de partager avec toi :

Je remonte une rivière. Ma sœur et ma mère sont avec moi au début, puis je continue seule. Je veux aller plus loin, avoir plus de plaisir. Le retour ensuite vers ma sœur est long à cause de la force du courant. J'ai conscience que ma sœur et ma mère doivent être inquiètes parce que je suis partie depuis longtemps. J'essaie de me dépêcher de revenir. Arrivée sur terre, je prends un couloir qui descend dans les profondeurs, je ne me souviens pas être passée par là. Il y a un homme que je questionne, il me dit que je dois être sur le bon chemin, mais je ne suis pas trop sûre.

TÉMOIN. Quel titre donnerais-tu à ce rêve?

L'INITIÉE. Je cherche mon chemin pour retrouver ma mère et ma sœur. J'ajouterais peut-être aussi : Je suis inquiète de ne pas retrouver ma mère et ma sœur après avoir eu du plaisir à remonter une rivière.

TÉMOIN. S'il y avait une morale que tu tirerais de ce rêve, quelle serait-elle?

L'INITIÉE. Ce qui me vient, vite comme ça, est : à ne pas assumer sa quête, on se colle aux siens.

TÉMOIN. S'il y avait quelque chose que tu voudrais changer dans ton rêve au niveau de tes attitudes ou comportements, qu'est-ce que ce serait?

L'INITIÉE. Je porte le désir à la fois de m'assumer dans ce que je suis et de rester en lien. Dans mon rêve lorsque ma sœur et ma mère quittent, je devrais faire un arrangement avec elles qui me permet d'explorer et de rester en lien et qu'elles soient aussi en sécurité dans le lien avec moi.

TÉMOIN. Si tu transposes ce que tu viens de nommer dans ta vie, quelle action peux-tu poser en ce sens?

L'INITIÉE. Je devrais nommer mon besoin de distance avec une de mes mères.

TÉMOIN. Pourquoi avais-tu le goût de nous partager ce rêve en particulier?

L'INITIÉE. Je suis contente que mon rêve me parle de mon désir de rapprochement, que je peux faire coexister, avoir ma propre identité et être en lien avec le féminin. C'est très curieux parce que c'est ce qui m'a attiré chez une mère qui m'accompagne actuellement dans un projet de recherche, et avec qui je peux tellement être en bataille. J'ai vu chez cette mère qu'elle incarnait la force, elle se tient dans son chemin et c'est pourquoi je l'ai choisie. Je me suis dit qu'avec cette femme je vais pouvoir apprendre à me tenir debout. Ma force, elle est dans mon ombre, elle commence à pouvoir exister. C'est le voile de la Mère qui m'emprisonnait ou plutôt la croyance que face à ce lien je ne peux pas m'en sortir, que je suis prise à la fois dans le besoin du lien et dans l'incapacité d'être qui je suis. C'est fort tout de même comment un enregistrement si simple peut moduler toute une vie et quel effort ça demande pour retrouver le pouvoir sur soi, de se défaire de ses illusions.

TÉMOIN. Quel rôle a l'homme que tu croises dans les profondeurs?

L'INITIÉE. C'est vrai que je n'en ai pas parlé du tout dans l'analyse de ce rêve. J'écris peu de temps après ce rêve que dans ma relation à la Mère, je me sens en danger de dire des choses que l'on m'a interdit de dire. Je me sens au bord de ces paroles et en même temps dans la peur, le retrait, la honte, le sentiment d'avoir commis une faute impardonnable, de vouloir en mourir... Dans mon rêve, après m'être permise d'aller plus loin que ma sœur dans la rivière, et d'avoir du plaisir à la remonter, j'entre dans des profondeurs où je demande à un homme si je suis sur le bon chemin. Je l'associe au plaisir que j'ai pu vivre avec mon père et en même temps à l'aspect de l'interdit de cette relation parce que trop érotisé. Je me sens ensuite coupable de revenir vers la mère et la sœur, porteuse d'une faute. J'ai le sentiment d'être prise psychiquement dans ce lieu, de ne pas pouvoir m'en sortir. C'est tout cela que, tranquillement, j'ai le sentiment d'être en train de transcender.

GRAND-MÈRE. Quand un Père est dans ses fibres de Père, son niveau de testostérone descend et la prolactine augmente. Ce sont les hormones qui favorisent l'attachement. Un père qui érotise le lien d'attachement, fait qu'il n'est pas forgé correctement et, quand on sent qu'il y a des choses de pas correctes, on s'isole par honte, on ne va pas vers des expériences réparatrices. C'est ce que tu as vécu dans tes relations fondatrices et qui est aussi réactualisé avec ta diade d'accompagnement.

TÉMOIN. Actuellement, tu as une de tes mères qui est gravement malade, qu'est-ce que cette maladie soulève chez toi?

L'INITIÉE. J'aimerais qu'elle me parle, me dise ce qu'elle sait avant de mourir. J'aimerais savoir si elle m'en veut, si elle me rejette?

TÉMOIN. On dirait que tu portes toujours ce sentiment de faute?

L'INITIÉE. Oui, j'ai le sentiment d'avoir brisé la famille. Je sais intellectuellement que ce n'est pas vrai, mais je porte cela en moi. J'ai peur de parler avec la mère et de ne pas être reçue, crue. Avec un autre rêve que j'ai fait, je voyais aussi que comme je ne crois pas à la beauté que je porte, j'ai besoin du regard des autres. J'ai écrit une prière qui parle un peu de tout cela :

Je me sens émue,  
émue d'être là,  
que vous soyez là,  
de ne pas être seule.

Croyant être fautive de quelque chose,  
je me suis coupée de vous régulièrement,  
sans que je n'y voie, je le fais encore.

Les larmes glissent sur mes joues  
comme sur le dos d'une colline,  
dos d'un chameau à cours d'eau.

Je suis dans un désert au cœur de moi-même  
à vous communiquer mon chemin,  
je sais que vous êtes là,  
que je suis entendu,  
et j'humidifie mon désert en oasis,

Mes larmes nourrissent la terre,  
je me sens comme jésus en croix  
qui devant l'éternel se confie  
dans ce qu'il a de plus intime et de plus vrai.

Je prie pour me déposer dans la confiance de bras aimant,  
de terre portante, d'univers compatissant.  
je prie pour être reliée à l'univers entier,  
dans ma force, goût de vivre et d'aller de l'avant.

TÉMOIN. Qu'est-ce que ce poème te permet?

L'INITIÉ. J'ai une citation qui exprime bien ce que l'acte d'écrire suscite : « (...) L'écriture comme acte de définition de l'auteur, (« écrire pour se connaître, voilà tout » (16)), l'influence de l'œuvre en train de se faire sur son créateur (« L'œuvre est une modification de l'auteur. À chacun des mouvements qui la tirent de lui, il subit une altération. Et quand elle est achevée, elle réagit encore une fois sur lui. » (17)), ou bien « L'œuvre se déterminant de plus en plus s'impose de plus en plus à l'auteur. Elle le fait agir et s'en fait un esclave. » (18)). » (Valéry, Paul, *Cahiers II*, p. 991 à 1013)

PASSEURE. L'amour est en toi. Accepte ceci.

### 3.44 SCENE 44 : JE T'AIME MAMAN

**Mise en situation :** *Une des mères de l'Initiée a un cancer et a son premier traitement en chimiothérapie. L'Initiée demeure attentive à tout ce que soulève en elle cette maladie. Elle est dans une formation et observe :*

Je suis dans une formation avec un groupe d'Alliées. Ma mère va subir son premier traitement de chimiothérapie. Je ne me sens pas bien, je suis divisée intérieurement. Je reste présente au matériel qui m'habite. À une pause, je passe à côté d'une autre mère, je me vois vouloir lui parler mais m'en sentir incapable comme si une partie de moi l'appelait au secours et en même temps ne peux pas parler. Je ne comprends pas le théâtre qui se déroule en moi, mais j'y demeure attentive. Nous arrivons proche de la fin de la formation, nous sommes à la période de questions, j'ai plusieurs questions que je voudrais poser au formateur mais encore là je m'en vois incapable. Tout à coup, j'entends en moi l'injonction : « Si tu parles ta mère va mourir. »

TÉMOIN. En quoi cette prise de conscience sur cette croyance de fond que tu sembles porter t'aide?

L'INITIÉE. Cette même fin de semaine, je couchais chez cette mère qui a le cancer, lorsque je suis partie de chez elle, je me souviens sur le bord de la porte lui dire un je t'aime furtivement. J'avais l'impression d'être une petite fille sauvage de 3-4 ans qui tout d'un coup peut révéler ce qui l'habite. J'ai vraiment eu l'impression que cette prise de conscience m'a libérée le cœur. Comme si ce voile m'empêchait d'aimer pleinement ma mère. Ce n'est qu'à partir de ce moment que j'ai pu lui dire je t'aime et le sentir à 100%. Auparavant, il restait un embâcle, je lui disais que je l'aimais, mais je sentais toujours une réserve en moi. Je n'en ai plus eue à partir de ce moment, j'ai pu aimer ma mère et elle aussi.

*Une semaine plus tard, l'Initiée fait un rêve qui l'interpelle : (18-01-2012)*

Je suis dans mon lit avec ma sœur et ma mère. Je trouve que ma mère est jolie. Je passe mon temps à me demander si elle est toujours vivante (je pleure). Je la vois osciller. Finalement elle ouvre les yeux et sourit (elle me fait penser à un père qui au moment de sa mort nous a quitté en souriant). Je vois sa beauté. Elle a un collier de perle autour de son cou, à moitié dans son cercueil, à moitié vivante, elle est belle, je n'en reviens pas. (Ces perles me rappellent celles qu'un père m'a données avant de mourir en me disant que dans les perles je pourrais toujours voir le reflet de mon sourire). Maman s'en va le rejoindre.

TÉMOIN. De quoi te parle ce rêve?

L'INITIÉE. Ce qui m'apparaît le plus dans ce rêve est la beauté, mourir avec un sourire et qu'en moi reste toujours ce sourire, que des perles données par mon père, portées par ma mère sont aussi en moi. Que je peux porter la beauté qui m'a été transmise par mon père et ma mère. Pour moi ce rêve est un cadeau symbolique à gratifier, on dirait que ma psyché vient de me donner une image nourrissante pour contrer mes croyances d'avoir commis une faute irréparable et d'être immonde.

PASSEURE. « Le fait qu'au cours du processus d'acquisition de la sagesse, une femme soit constamment en train de se ré-enraciner dans la vie de son âme constitue un acte suprême de libération. » (Pinkola Estès, 2007, p. 65)

### **3.45 SCENE 45 : DISCUSSION AVEC UN AUTEUR SUR LE CHEMIN DE LA DESIDENTIFICATION**

**Mise en situation :** L'Initiée, par différents exercices, tente de comprendre, en discutant avec un auteur, le chemin qui mène vers la désidentification des croyances, perceptions, compréhensions erronées... À travers sa méditation matinale, elle est en contact avec une vision de son monde interne par l'écriture automatique. Elle écrit :

Une peine dans le cœur, mon enfant est mort, il est mort, il est mort, ce n'est pas possible. Je ne veux pas, je ne veux pas, je ne veux pas vivre. Je vois ce nuage dans le ciel bleu étoilé de mon passé, un poids que je laisse passer sur mon droit à l'existence, à m'exprimer. Coupable d'avoir fait mourir son enfant? Le printemps

s'en vient et je veux éclore avec celui-ci dans la lumière de l'instant présent. Le 6 février, fête du shamain, préparation de la graine à éclore dans le sol. Enfin un hiver qui n'aura pas été une longue descente aux enfers. Ma sœur est morte en février. Je croyais m'être complètement libérée de cette histoire. Mais je vois que mon droit à la vie en porte encore la trace. Un voyage insoupçonné dans les limbes de mon passé ce matin.

TÉMOIN. Une de tes sœurs est morte et pourquoi parles-tu au début de ton écrit de ton enfant?

L'INITIÉE. Quand je fais ce type d'écriture, j'écoute finement ce qui est présent en moi, ce que mon cœur a à nommer pour être libre. C'est vraiment une pratique d'authenticité que j'ai avec moi-même. Je ne juge pas ce qui émane, je laisse tout simplement aller ce qui vient. Ce matin-là, je sentais une peine habiter mon cœur et je lui ai permis de laisser aller ce qui était là. J'ai le sentiment que c'est ma mère qui était habitée de cette détresse d'avoir perdu son enfant et sans le vouloir me l'a transmise, en tout cas, c'est ce que je sens par ce texte. À ma naissance, ma mère croyait que j'étais la réincarnation de ma sœur décédée et mon deuxième nom est celui de ma sœur. Depuis plusieurs années, le passage du mois de février est difficile et à moment donné j'ai questionné ma mère et elle m'a dit que ma sœur était morte ce mois-là. J'ai aussi le sentiment que c'est à partir de ce moment que la famille a éclaté et n'a jamais pu s'en remettre. C'est fou mais en écrivant cette histoire, ce qui me vient est que je porte cette responsabilité : « Je suis morte et j'ai fait éclater la famille ».

TÉMOIN. Qu'est-ce que ça te donne de faire toutes ces prises de conscience.

L'INITIÉE. Je ne peux rien faire avec mon passé, par contre ce qui m'intéresse est de prendre conscience des croyances qui m'habitent et continues d'agir dans mon présent. Je vois bien dans ma vie que lorsque je suis avec des groupes j'ai une tendance à me tenir à distance. Voir les croyances que je porte me permet d'agir sur celles-ci et que ce ne soit plus ces croyances qui décident pour moi.

ECKHART TOLLE. Nous pouvons apprendre à briser l'habitude qui nous fait accumuler et perpétuer les vieilles émotions en battant des ailes, métaphoriquement parlant, et en nous



retenant mentalement de nous attarder sur le passé, peu importe que l'évènement se soit passé hier ou trente ans plus tôt. Nous pouvons apprendre à ne pas maintenir en vie dans notre esprit les situations et les évènements, et à ramener continuellement notre attention à l'éternel pur présent, plutôt que de nous jouer des films. Alors, c'est notre Présence même qui devient notre identité au lieu que ce soit les pensées et les émotions. (Tolle, 2005, p.117)

L'INITIÉE. Ce que je trouve complexe avec nos croyances de fond, c'est qu'elles sont difficiles à percevoir. Je peux voir mes comportements et mes réactions, émotions, mais pour arriver à décortiquer ce qui me pousse à agir de certaines manières et à répéter des situations qui me nuisent, il faut que j'arrive à raffiner mon regard et percevoir le mobile. Le mobile est très souvent lié à l'histoire que je porte, à mes perceptions de la réalité et aux constructions que je me suis créées à partir de celles-ci. Plus j'arrive à voir justement plus je peux me dégager et ne plus être sous l'emprise de mes croyances.

ECKHART TOLLE. Toute votre histoire personnelle, qui n'est en fait rien d'autre qu'une histoire, un ramassis de pensées et d'émotions, devient secondaire et n'occupe plus l'avant plan de votre conscience. Elle ne constitue plus le fondement de votre sentiment d'identité. Vous êtes la lumière de la Présence, la conscience qui existe bien avant toute pensée et émotion. (Tolle, 2005, p.98)

L'INITIÉE. Je suis complètement d'accord avec ceci, ce qui m'intéresse est le chemin pour parvenir à être de plus en plus dans cette Présence. Je sais que mon histoire n'est pas qui je suis, mais je sais qu'elle me manipule encore beaucoup. Tout mon chemin est pour cela : habiter ma lumière et être un sujet libre de ses attachements.

ECKHART TOLLE. Tout ce que vous pouvez apprendre avec la psychanalyse ou l'observation est « sur vous ». Ce n'est pas vous. Il s'agit de contenu, pas d'essence. Quand on dépasse l'égo, on sort du contenu. Vous connaître c'est être vous-même. Et, être vous-même, c'est arrêter de vous identifier au contenu. (Tolle, 2005, p.164)

L'INITIÉE. Oui, mais c'est fou comment l'identification peut autant se produire face à mes souffrances qu'à mon bien être. L'autre jour je me sentais lumineuse de l'intérieur, en pleine harmonie. Je m'en vais à l'épicerie et je remarque que j'espère croiser un homme que j'ai vu un peu auparavant pour qu'il me voie dans cet état. J'espère être vue. À ce moment, je suis dans l'attachement de mon état lumineux et la croyance aussi que je dois être idéale pour enfin être vue du Père (choisie par un amoureux). Ce que je souhaite dans la rencontre amoureuse, c'est accepter que l'égo sera de la partie et arriver à voir le théâtre qu'on se joue mutuellement. Ne pas croire que maintenant ça y est, je ne suis plus attachée et perdre ma vigilance. Tous ces jeux s'infiltraient tellement vite et subtilement. Il faut être très attentif à tout instant pour ne pas glisser dans l'emprise de son histoire et, pour cela, c'est bien de la connaître, pas au niveau descriptif, mais plutôt de reconnaître l'impact, les défenses et les croyances...qu'on a développés à partir de celle-ci. Je suis fascinée par la force de nos attachements et tout le travail nécessaire pour s'en dégager. Dernièrement j'écrivais au sujet d'une de mes relations avec une mère :

Woouh! Je suis dans les ruminations contre mère ce matin. Je prie pour lâcher prise et que la rage qui m'habite nous amène toute les deux à l'éveil. C'est la non reconnaissance qui me met dans cet état de bataille. Je prie pour me reconnaître, ne pas chercher la reconnaissance de mère. C'est à moi de présenter une recherche qui me convient, qui représente bien qui je suis. Je me vois tête baissée, honteuse, peinée de ne pas arriver à être en lien. Je sais qu'à travers ma triade d'accompagnement pour cette recherche, je souhaite rétablir le lien d'amour de ma triade première. C'est impossible. Je vois ma ténacité, je dois faire le deuil de cette réunion. Aujourd'hui c'est moi le Père et la Mère. Je suis entière, j'ai le droit de vivre ma vie, d'être fière. Je n'ai pas à me cacher et à me sentir honteuse. Je sais que tu es déçue, mais chercher à l'extérieur de nous à réparer quelque chose de ton histoire ne donne rien, même au contraire, ça empire la situation. À chaque fois que je vais rencontrer Père ou Mère, je devrais me rappeler cela, ne pas attendre reconnaissance ou réparation.

*L'Initiée (un peu plus loin, elle écrit dans son journal intime dans son lien avec la Mère).*

Aidez-moi à me donner le droit à l'existence, à la beauté divine et à la reliance à la Mère. Je ne suis pas en danger de disparaître dans le lien. Je peux exister. Aidez-moi à lever le voile de la séparation Mère-fille et à pouvoir exister dans la confiance de ce lien. Mes hanches sont meurtries de cette rupture, ma mère aussi était en

rupture de lien avec sa mère. Je prie pour restaurer en moi le lien Mère-fille. Je prie pour honorer la Mère et la fille que je suis, à chacun de mes os je dis merci. Merci ce corps béni de la lignée des Mères.

TÉMOIN. Il y a quelques temps tu disais avoir rétabli le lien du cœur avec Mère. Il me semble te voir depuis dans beaucoup de ruminations à son égard?

L'INITIÉE. C'est vrai. C'est pourquoi je dis que je trouve que c'est tout un travail d'arriver à lâcher prise sur nos identifications. Parfois elles sont très tenaces. Je ne suis pas encore arrivée à lâcher prise sur les attentes infantiles que je peux avoir face au Père et à la Mère. En être consciente ne suffit pas. C'est pourquoi je prie. Quand je fais cela, je nomme mes intentions, ce que je souhaite, et je me relie à plus grand que moi dans ce projet d'individuation.

TÉMOIN. Tu parles du lien de ta mère avec sa mère. As-tu l'impression que ce que tu essaies de transcender est aussi transgénérationnel?

L'INITIÉE. Oui, ma mère n'avait pas un bon lien avec sa mère. J'ai souvent senti beaucoup d'amertume quand elle m'en parlait. C'est ce qui me fait dire que c'est une reproduction transgénérationnelle.

ECKHART TOLLE. Mais il se peut aussi que l'enfant ait déjà absorbé la souffrance provenant du corps de souffrance de ses parents. Ces derniers voient ainsi chez l'enfant le reflet de ce qu'ils portent en eux. Les enfants extrêmement sensibles sont particulièrement affectés par le corps de souffrance de leurs parents. Comme ils sont forcés d'être les témoins du mélodrame malsain qui se joue entre leurs parents, ils subissent une souffrance émotionnelle presque à la limite du supportable (...) Les corps de souffrances réprimés sont extrêmement toxiques, encore plus que ceux qui sont actifs. Cette toxicité est absorbée par les enfants et elle contribue au développement de leur propre corps de souffrance. (Tolle, 2005, p.142)

L'INITIÉE. Ça a du sens pour moi, cependant cela ne doit pas non plus devenir une excuse voire une victimisation. Je souhaite vraiment prendre la responsabilité de ce qui

m'appartient et ne pas être dans le blâme, même si parfois je me vois dans cette posture où je voudrais tant que mes parents reconnaissent leurs erreurs.

ECKHART TOLLE. Peu importe quelle proportion de votre corps de souffrance appartient à votre nation ou à votre race, et quelle proportion est personnelle. Dans un cas comme dans l'autre, vous ne pouvez le transcender que si vous prenez la responsabilité de votre état dans l'immédiat. Même si le blâme semble plus que justifié, aussi longtemps que vous blâmez les autres, vous continuerez de sustenter votre corps de souffrance avec vos pensées et vous resterez prisonnier de l'égo. (Tolle, 2005, p.133)

### 3.46 SCENE 46 : CONTENIR ET CHEMINER PAR RAPPORT A L'ABSENCE D'UN PERE

**Mise en situation :** *Durant cette même période, un père continu d'être absent aux appels de l'Initié., Elle est soulevée dans ces enjeux à travers cette attente répétée.*

*L'INITIÉE (écrit dans son journal).*

Je suis dérangée par le *pas de réponse* du Père, cela me fait fragmenter, m'accrocher. Je prie pour le bercement de la Mère, pour me réconcilier. Dans ces moments, je voudrais qu'il n'ait jamais existé et je lui en veux. Je l'haïs pour le tuer, tuer le Père absent qui prend et qui jette à volonté. Au moins dans tuer je retrouve de la vitalité. Je peux vivre, je ne suis plus aux crochets. C'est pathétique cet enfant qui attend malgré tout l'amour du Père. Je dois peut-être mettre un terme à cette relation, pour ne pas constamment me faire vivre cette situation et m'aider à arrêter d'espérer le lien. Comme me le dit Grand-mère, il n'en a peut-être pas la capacité. La vie revient dans mon corps, mon pouvoir aussi. Je veux vivre et être libre de mon passé.

TÉMOIN. Tu parles de mettre un terme à une relation qui semble souvent te réactiver. Es-tu à ce moment-là en train de projeter la responsabilité de tes états sur l'autre?

L'INITIÉE. Non, même si une relation me réactive dans mon histoire cela ne veut pas dire que dans le présent de cette relation je doive accepter toutes ces non réponses. Le père a aussi le droit d'être dans ses enjeux et si cela me réactive c'est ma responsabilité. Je ne

peux pas blâmer qui que ce soit de me décentrer. Il est responsable de ses agissements et moi de mes états et décisions. Peut-être que si cela ne me dérangeait pas tant, je pourrais nommer les choses plus facilement et que cette relation serait plus facile aussi. Mais je dois accepter mes limites. Je me responsabilise quand je fais cela.

TÉMOIN. Ta grand-mère semble t'avoir déjà entretenue sur le sujet?

L'INITIÉE. Oui, elle m'a dit à plusieurs reprises que ce père n'était peut-être pas capable de transformer ce lien, de m'aider à passer de la petite qui s'accroche à son papa à la femme en lien véritable avec un homme qui est son supérieur.

TÉMOIN. Que fais-tu alors avec ce lien?

L'INITIÉE. Je ne sais pas encore. On dirait que j'espère toujours, que quelque chose me retient encore. Pour le moment, je contiens cette situation.

PASSEURE (*en citant Rilke*). « (...) j'aimerais vous prier, autant qu'il est en mon pouvoir ma très chère Dame, d'avoir la patience envers tout ce qu'il y a de non résolu dans votre cœur et d'essayer d'aimer *les questions elles-mêmes*, comme des chambres verrouillées, comme des livres écrits dans une langue étrangère. Ne partez pas maintenant à la recherche de réponses qui ne peuvent vous être données, parce que vous ne pourriez pas les vivre. Et ce dont il s'agit, c'est de tout vivre. *Vivez maintenant les questions*. Peut-être, alors, cette vie, peu à peu, un jour lointain, sans que vous ne le remarquiez, vous fera-t-elle entrer dans la réponse. » (Rilke, 1994, p.55)

### 3.47 SCENE 47 : CREER DU SENS AVEC SON HISTOIRE

**Mise en situation :** *Une des mères de l'Initiée est très malade. Elle écrit et tente de fabriquer du sens avec l'histoire qu'elle porte dans différentes situations et souvenirs :*

Le soleil se dévoile juste au-dessus de la maison. Les arbres ondulent sous le doux mouvement des hauts vents, les quiscales et geais bleus chantent, mon estomac crie, il a mal. Je me demande si je ne sens pas la douleur de ma maman, un instant je

l'ai vue criant. Je suis inquiète et j'ai de la peine. Je suis dans la brise matinale et j'écoute, sculptée par les mouvements de la vie. Les chardonnerets arrivent comme une douceur dans le paysage, du vivant, du naissant. Je me sens reliée à vous, mes arbres. Je vais perdre ma maman et je pleure par en-dedans. L'enfant pleure les départs de sa maman qui elle essaie de ne pas perdre son mari au détriment de la maîtresse et laisse ses enfants derrière. Un chardonneret « picosse » un bouton d'échinacée, comme c'est beau et furtif aussi. Tout passe, tout est mouvement. Les trembles applaudissent. Tout est mouvement et transformation dans ce lieu. Je sais que ma mère ne meure pas. Elle se prépare à changer de dimension et quel que soit son état, le lien reste. Je ne perds rien de ce point de vue.

TÉMOIN. C'est un beau texte. Tu sembles être en dialogue avec la nature et ce que tu vis intérieurement à ce moment?

L'INITIÉE. Oui, cette reliance avec la nature m'aide à voir la mort sous un autre angle que celui de mes croyances. Depuis le début de cette quête, je réalise que, face à la Mère, j'ai eu peur qu'elle meure si je parlais. Ma mère avant sa séparation était dépressive. Elle m'a dit qu'à cette époque elle avait eu deux choix : se suicider ou se séparer. Heureusement pour nous, elle a choisi la vie. Mais comment, comme petite fille, ne pas croire que si j'en rajoute avec mes misères, elle ne pourrait pas passer à l'acte? Toutes ces choses n'étaient pas nommées, conscientisées, mais je vois bien, en portant attention à ce qui m'habite, que je porte ces croyances. Je ne comprends pas toujours bien comment l'enchevêtrement de celles-ci sont constituées, mais maillon par maillon, je démêle les tissus de ces empêchements. J'ai le goût de partager avec vous un autre moment où je prends conscience d'un de ces nœuds :

J'ai un peu de difficulté avec mon état intérieur. Toute la journée, j'ai été fragile à la fragmentation. Je me sens triste, et en même temps paniquée. Je voudrais fuir quelque part. Je prie pour rencontrer ce qui est présent. Aujourd'hui, je me suis promenée dans ces pensées : « Tu es une maîtresse, tu as l'air d'une maîtresse, tu n'as pas le droit de t'exposer jolie ». Mon habillement m'a dérangé toute la journée, comme si je n'avais pas le droit d'être là, en ville, bien habillée, à réussir dans mon métier, je ne devrais pas apparaître. Je repasse ma journée en revue et cherche l'élément déclencheur. Je me revois dans une entrevue avec une femme et sa véhémence face à son ex-mari qui s'est fait si vite une petite amie. Me vient

l'introject « tu es une putain, si tu réussis ». Quand je l'entends, je sors de la fragmentation. Je me sens bien, plus de tristesse ni le goût de fuir.

TÉMOIN. Il me semble que, suite à ta prise de conscience, ton état intérieur se transforme rapidement?

L'INITIÉE. Oui, c'est ce qui m'indique que j'ai réussi à voir ce qui, à ce moment, me créait ce sentiment de division intérieure. Je reste présente à mon état, je ne le fuis pas. Je fais un travail de mentalisation pour arriver à cerner ce qui m'habite, je cherche depuis quel moment ce désarroi est présent, je me souviens d'un moment, j'y demeure attentive et écoute finement. C'est là que j'ai entendu la phrase que j'ai introjectée de mon enfance. « Si tu réussis, tu es une putain. » Ce qui m'indique effectivement la vérité de cet introject est le changement d'état qui est instantané. Une fois cette souffrance et croyance pleinement accueillie, elle se dissout. Ce qui ne veut pas dire que plus jamais cette croyance n'aura d'emprise sur moi, mais je pourrai la voir à l'œuvre de plus en plus rapidement et ne pas m'y laisser prendre.

MÈRE. Il me semble avoir déjà entendu une histoire sur un parfum que tu as acheté où tu réalisais que tu avais systématiquement répété un scénario de ton enfance sans que tu ne connaisses l'existence de cette histoire.

L'INITIÉE. C'est vrai. Un jour, alors que je cherchais à séduire un possible amant, je me suis achetée un parfum. Ce parfum, j'en cherchais l'odeur depuis longtemps, jamais j'en avais trouvé un qui répondait vraiment à ce qui m'habitait, jusqu'au jour où je suis allée chez une amie et j'ai essayé le parfum qu'elle avait. Enfin, j'avais trouvé exactement l'odeur que je cherchais. Jamais, avec la moralité que j'avais toujours eue, je n'aurais cru penser avoir un amant et chercher à le séduire. Je me sentais complètement sous l'emprise d'une pulsion qu'aucun de mes raisonnements n'arrivait plus à contrôler. J'ai finalement eu une relation de quelques années avec cet homme. Un jour, je vais chez ma mère, et j'oublie mon parfum chez elle. Elle me rappelle pour me demander si je veux qu'elle me l'envoie par la poste. Je lui dis oui et elle me dit : « Tu sais, ce parfum a une histoire ». Je lui

demande laquelle? Elle me raconte être en France avec mon père et que celui-ci achète ce même parfum pour une maîtresse qu'il avait à ce moment-là. J'avais à peu près deux ans à cette époque. Trente-sept ans plus tard, j'achète le même parfum qui n'est pas un parfum commun et qu'on retrouve uniquement dans les parfumeries spécialisées, et ce, pour les mêmes raisons que mon père. J'ai été bouleversée par les révélations de ma mère. Deux ans, je ne peux pas avoir de souvenir biographique, mon cerveau n'est pas assez développé pour ça, mais l'odeur, le feeling et probablement déjà tout le conflit psychique d'une petite fille qui sent l'odeur du père revenir de sa rencontre avec sa maîtresse, la putain, qui réussit à séduire le Père, et la Mère qui envoie tous les signaux du *c'est pas correct*. Je suis renversée par la force de ces enregistrements et les répétitions dans lesquelles je peux être.

PASSEURE. « Quand on reconnaît sa propre folie, on permet à la santé mentale d'émerger et à la guérison et à la transcendance de s'effectuer. » (Tolle, 2000, p.12)

### 3.48 SCENE 48 : UN NOUVEL AMOUREUX :

**Mise en situation :** *Parallèlement à tout ce vécu, l'Initiée développe une nouvelle relation amoureuse depuis quelques mois. Pour approcher son cœur de l'amoureux, elle lui écrit de la poésie :*

Je prie mon nouvel amour sous la pluie,  
qui s'ennuie de ma poésie.

Je danse sous les feuilles  
et me douche de son arôme.  
Je le bois, je le danse  
et invoque les esprits.

Je veux assumer ma grandeur  
et accompagner l'homme que j'aime dans sa beauté.

Je vois ses yeux pétillants,  
et touche au silence  
du fond de son âme.



Tiens, tiens l'amoureux,  
 en toi aussi existe cet espace mystérieux  
 qui contient le vide!

Je marche dans ton Éden,  
 me roule sur la bédaine  
 et ris.

Nos corps se rencontrent  
 et se reconnaissent dans le toucher sensuel et amoureux.  
 Je frappe à la porte de ton cœur,  
 la porte est lourde d'épreuves du passé.

Je suis là naïvement, sur ton perron.  
 La petite est sortie de sa cachette  
 et est là à se donner une nouvelle chance d'aimer.

Ça l'aura pris  
 Sorcières, vents et pluie  
 Dieu et Déesse  
 pour qu'enfin elle se décide.

Je suis là mon chéri,  
 petite et grande réunies,  
 de nouveau prête à la rencontre de l'autre,  
 la découverte de ton monde,  
 et de ce que nous pouvons créer ensemble.

Avec cœur,  
 Ta bien aimée

TÉMOIN. On dirait que toutes tes démarches pour te réapproprier dans le lieu de tes premiers amours, de ta triade première, t'aident à t'ouvrir à une nouvelle relation amoureuse.

L'INITIÉE. Oui, en tout cas si je répète des choses du passé, je peux me voir un peu plus vite. Je ne suis plus simplement la petite fille prise entre papa et maman. Il y a plus de conscience, la présence d'une femme qui voit et travaille avec elle-même et dans la relation

ce qui peut être activé. J'avoue que j'ai aussi peur. Je sens que j'ai besoin d'être apprivoisée.

PASSEURE. Quand tu te coupes d'une partie de ton cœur, tu n'es pas en train d'offrir la beauté de ton bouquet de fleurs intérieur. Prie, pour à tout moment y revenir et te déployer à partir de ce lieu.

### 3.49 SCENE 49 : MORT D'UNE MERE

**Mise en situation :** *À 20h15, une des mères de l'Initiée est décédée.*

*L'INITIÉE (prie et écrit dans son journal).*

Mon cœur est présent à toi mère. Un peu préoccupé des biens à partager. Je sais que cela t'inquiétait; tu ne voulais pas qu'on ait ce trouble et voulait le faire, mais ton départ a été précipité. Je prie pour que l'on fasse honneur à ta beauté. Je prie pour toi mère, afin que tu voies la beauté de ton âme, et je prie pour reconnaître ma propre beauté. Je sais que c'est ce que tu souhaites. Je me suis sentie sale et laide. Je prie pour me libérer de cette croyance de fond. Je prie pour voir ma beauté à travers tes yeux de maman aimante. J'ai cru que tu m'en voulais d'être aimée de maman, beau lapsus, de papa. Je prie pour vous réunir dans mon cœur. Je prie pour que toi aussi tu sois en paix avec père, avec ton histoire, avec lui. J'ai été aimée de vous deux, chacun avec vos blessures, mais au fond de votre être et du mien, je sais que vous vous êtes aimés et m'avez aimée. Je prie pour ton âme, mère. Je te vois danser les petits pas de ballerine de ton temps de jeune fille. Je te vois dans ta splendeur. Je vois devant moi un tableau avec le visage d'une femme à demi présent. Je sais qu'il y a beaucoup de choses que tu ne nous as pas dites. Tu gardais pour toi ce que tu ne trouvais pas beau. Je prie pour que tu te dévoiles et te libère complètement de toute vie terrestre. Je prie pour que ton visage entier apparaisse et que tu voies le jour sans à avoir à en cacher une partie. Je vois un cahier de recettes, encore tu cherchais à découvrir du nouveau. Toujours tu auras eu ce goût de la découverte. Je sais que tu étais inquiète pour moi. C'est aussi difficile pour moi de me dévoiler dans mes difficultés. Je prie pour m'ouvrir comme une fleur; je n'ai rien à cacher ou à avoir honte. Je peux être belle et réussir. Je prie pour habiter mon territoire de femme avec cœur, douceur, paix et en lien avec toi, Mère dans la splendeur de nos êtres.

*L'INITIÉE (Suite à ce décès, elle est bouleversée, vit de l'angoisse et fait un rêve).*

Je suis chez maman, je crois. Elle meurt, mon frère et ma sœur sont là. Quelqu'un vient chercher le corps. Elle est couchée et il a mis un sac sur elle. Je viens voir ce qui se passe, et je réalise que maman bouge. La personne qui a mis le sac n'est plus là. Je l'ouvre, elle bouge. Maman, es-tu là? J'alerte frère et sœur. Je ne suis pas trop sûre si c'est des spasmes ou si elle est en vie. Elle bouge et essaie de parler. Elle est vraiment en vie. Je la vois toute croche à essayer de me parler. Je me sens coupable. Je me dis que c'est de ma faute si elle est comme ça. Ça doit être à cause de la morphine que j'ai demandé qu'on lui donne. En revenant à la vie, elle a perdu beaucoup de capacité.

TÉMOIN. Tu sembles croire, dans ton rêve, que tu es responsable de l'état de ta mère?

L'INITIÉE. J'ai le sentiment que c'est lié à ma croyance de fond. Actuellement, je vis de l'angoisse, je crois que, par le deuil de cette mère, ce matériel est réactivé mais avec toutes les sensations corporelles que j'ai pu vivre enfant. Je me réveille la nuit avec l'impression de faire une crise de cœur; je me sens divisée. Cette mort me rentre dans le corps et dans la psyché. Je réalise une chose, c'est qu'il est difficile de se séparer psychiquement de sa mère si l'on se croit responsable de la garder en vie. C'est difficile de prendre sa réelle autonomie. Cette croyance est paralysante.

PASSEURE. Quel que soit le chemin, ce qui importe est celui que tu fais à travers tes expériences pour t'appartenir.

### **3.50 SCENE 50: DISCUSSION AVEC GRAND-MERE SUITE AU DECES D'UNE MERE**

**Mise en situation. :** *L'Initiée va rencontrer sa grand-mère quelques mois après le décès d'une mère. L'Initiée a le sentiment de revenir de loin et lui demande qu'elle la prenne dans ses bras.*

L'INITIÉE. J'ai de la difficulté à recevoir pleinement l'affection que tu me donnes.

TÉMOIN. Que se passe-t-il au juste en ce moment en toi?

L'INITIÉE. J'ai le sentiment de ne pas valoir la peine.

GRAND-MÈRE. Qu'est-ce qui fait, en ce moment, que cette croyance de fond est réactivée? Ta mère aussi portait cette croyance et sans le vouloir, elle te l'a transmise.

L'INITIÉE. Actuellement, je cohabite avec une amie et je m'attache de plus en plus à mon nouvel amoureux. J'ai peur, de ce fait, de perdre le lien avec mon amie.

GRAND-MÈRE. Je te propose de faire un petit exercice avec moi, tu vas prendre une corde et tu vas délimiter l'espace que tu sens que tu occupes en ce moment avec moi, tu traces tes frontières.

*L'Initiée observe que son élan premier serait d'inclure la grand-mère dans son espace. Elle sent la peur de perdre le lien et la peine liée à cette peur Si je m'approche d'un homme, est-ce que je perds le lien avec la mère?*

L'INITIÉE. C'est désespérant nos blessures de fond. Est-ce que ça part un jour?

GRAND-MÈRE. William Reich a dit quelque chose d'intéressant à ce sujet à un autre psychologue avec lequel il discutait. Le psychologue lui demande si on peut guérir de nos blessures psychologiques. Il lui dit : « Écris le mot blessure sur un papier, puis efface-le. Qu'est-ce qu'il reste même si le mot blessure est effacé? » Et William Reich d'ajouter : « Il en reste l'empreinte sur le papier, c'est la même chose pour nos blessures ».

L'INITIÉE. Je sais que dans une triade d'accompagnement que j'ai avec un Père et une Mère, je cherche à vivre une réparation de mon passé pour me sentir enfin correcte. Je reconnais que j'ai une charge à leur égard; je veux à tout prix qu'ils soient là pour moi. Aujourd'hui, c'est à moi de me rapatrier de cet endroit, n'est ce pas?

GRAND-MÈRE. Oui c'est vrai. Tu ne peux pas leur demander cela, et ça pollue votre relation au présent.

L'INITIÉE. Mon défi maintenant dans cette triade d'accompagnement est d'être le moteur de ma recherche. Je n'ai rien à attendre, j'ai à être.

L'INITIÉE (*réfléchit puis ajoute*). Si je comprends bien, mon père a érotisé son lien avec moi enfant, et cela m'a automatiquement mise en trahison face à la mère. La mère a aussi encouragé ce lien en passant par moi pour essayer d'avoir un lien avec le père. Avant la mort d'une Mère j'ai vécu quelque chose sur le même thème : Mon amoureux veut m'emmener voir un spectacle. Ma Mère me manifeste son désir de venir, et je vois ma réaction intérieure : j'ai le sentiment qu'elle veut me prendre ce que j'ai.

GRAND-MÈRE. C'est bien que ta réaction soit de te dire intérieurement : « C'est mon chum ». Tu mets tes frontières et évalues la situation. Ta maman a vécu par procuration son lien avec ton papa. Je comprends que tu aies besoin, dans un premier temps, d'établir cette limite clairement.

TÉMOIN. Qu'est-ce que ça te fait d'entendre ta grand-mère te dire cela?

L'INITIÉE. J'aime ça parce que je pourrais me sentir coupable de ne pas la laisser entrer dans mes frontières et me juger dure.

### 3.51 SCENE 51 : FIN D'UNE RELATION AVEC UN PERE

**Mise en situation :** *Décidée à prendre la responsabilité de son projet, l'Initiée écrit à un père et une mère pour savoir si eux, ils sont toujours présents pour jouer leur rôle dans ce projet. Quelles que soient leurs réponses, elle est prête à l'accepter et à continuer avec d'autres superviseurs, s'il le faut, pour arriver à terminer son projet d'écriture.*

L'Initiée (*écrit*).

Bonjour à vous deux,

J'espère que le temps des fêtes a été ressourçant et reposant pour vous. J'ai libéré du temps pour écrire cet hiver. Je me suis remise en route hier. Pendant cette période, j'ai continué à porter mon projet, à l'observer, à le laisser mûrir sans trop produire. Maintenant, je suis prête. Êtes-vous toujours de la partie?

Je partage avec vous mes écrits matinaux:

### La reliance

Je danse, bouge et chante,  
une enfant je suis, à l'éclosion de moi-même.  
Émerveillée d'un ciel étoilé,  
couchée au sol à rêver de l'amour présent,  
je m'enrobe de la couverture du firmament.

Une maman allaitant son enfant.  
Un père présent, jouant et vivant.  
Un enfant énergisé et grandissant.  
Une femme contenant.

J'acquièrs de la force  
de l'énergie de la Terre,  
de la volonté de mes ancêtres,  
Je me déploie.

Senteur de merde de chat,  
que fait-il là?  
Il engraisse la terre de son caca.

Mon père rit de ma poésie,  
la Terre-Mère aussi,  
Le fou rire énergise la vie.

De cet humour simple et cosmique,  
je comprends ce qui est dit :  
rien n'est jamais fini.

Il y a toujours ces recommencements et ces fins.  
Un matin et une nuit,  
passe et repasse jour après jour,  
dans le même cycle de la vie.

Cela il faut le voir,  
chacun de ces petits pas,  
est le chemin,  
de ces cycles sans fins.

Jouir de chacun des instants,  
est la vérité,

rien d'autre à chercher.

Simplement cueillir  
et rendre grâce à la vie.  
Que nous soyons à la saison du caca,  
ou à celle de la floraison.

C'est le fil qui se tisse de l'un à l'autre,  
ce chemin de conscience,  
duquel on fait sens,  
qui nous grandit et nous ouvre à la vie.

Seul ce fil de reliance compte :  
d'un évènement à l'autre,  
d'une saison à l'autre,  
du jour et de la nuit.

Je tisse la toile de ma vie,  
avec le regard d'une grand-mère berçante,  
regardant ses arrières petits.

Se relier c'est ma responsabilité,  
et je la prends avec grande gaieté.

TEMOIN. Au début de ton poème, tu parles de la femme contenant. Qui est-elle? Peux-tu m'en parler un peu plus ?

L'INITIEE. Avant d'écrire ce poème, j'ai fait un dessin dans lequel je ressentais la présence du Père, de la Mère et de l'Enfant. Je me sentais porter en moi ces différentes postures.

TEMOIN. Est-ce que la force que tu acquières te vient de cette intégration de plus en plus grande de ces différentes postures en toi ?

L'INITIEE. Oui, je me sens moins dépendante des Pères et des Mères que je peux rencontrer dans ma vie. Je peux davantage choisir à partir de la femme contenant, c'est pourquoi quand j'écris ce courriel à un père et à une mère, je suis prête à les entendre là où

ils sont sans être démolie comme j'ai pu souvent l'être au début de ce projet avec eux. C'est la raison pour laquelle j'arrive à leur poser la question clairement aussi.

TEMOIN. Qu'est-ce qui fait que tout à coup tu parles de caca de chat ?

L'INITIEE : Quand je fais de l'écriture automatique, j'écoute ce qui se passe au niveau de mes sens et là, curieusement j'ai eu cette odeur qui m'est arrivée au nez. Dans ce type d'exercice, je m'ouvre à tout ce qui se présente, j'accepte de me laisser surprendre et de ne rien censurer. Alors, j'ai intégré cette odeur qui, tout à coup, m'est passée sous le nez quoique je n'aie ni chat, ni litière à proximité.

TEMOIN. On dirait d'ailleurs que l'intégration de cette sensation t'amène à faire une prise de conscience intéressante ?

L'INITIEE. Oui. J'écris que rien n'est jamais fini. J'ai le sentiment d'être repassée des centaines de fois au même endroit. C'est le même théâtre qui se rejoue. Ce qui change c'est ma capacité de voir et de gérer la situation.

MERE (*répond rapidement aux écrits de l'Initiée*). Bonjour, je te souhaite une année féconde un vrai commencement, une entrée dans un nouveau cycle où les inconcevables se donnent comme des récoltes abondantes. Merci pour ce magnifique texte que tu nous as offert. Je me réjouis d'apprendre que tu reprends de l'élan pour finir ton projet d'écriture. Oui, je suis-là.

L'INITIEE (*écrit dans son journal*).

Ma pensée se dirige vers père. Je n'ai pas de réponse de lui. Je lui donne jusqu'à mardi. D'ici là, si ma pensée va vers lui, je prie pour me ramener au centre de moi-même (...) Il me semble, ce matin, que je marie le chaud et le froid, l'ombre et le jour. Je suis amoureuse. C'est ce que je rétablis lorsque je travaille sur mon lien d'amour en toute situation. Je m'autorise à être amoureuse. Voilà où ce lien illégitime au Père m'amène, dans cette grande quête d'amour de chaque instant. Je dévie quelques secondes en pensées négatives envers père. Aidez-moi à mettre des limites aimantes et à ne pas glisser dans ce piège. Aidez-moi à voir au-delà et à ne pas glisser dans ce piège. (...) Quand quelque chose m'énervé, j'ai appris à le mettre de côté plutôt que de l'affronter. Je prie pour avoir la capacité à faire face, oser



nommer, avancer dedans plutôt que défléchir. Je prie pour m'aimer assez et me faire assez confiance pour dire et agir.

TEMOIN. Tu sembles travailler fort suite à l'absence de réponse du père ?

L'INITIEE. Oui. J'ai tendance à ruminer et je ne souhaite pas entretenir ce type de pensées. C'est pourquoi je me mets une limite dans le temps pour lui accorder un délai raisonnable. C'est sûr que le *pas de réponse* me blesse et quand je parle de limites aimantes cela signifie pour moi que je souhaite exprimer ce que je veux pour me respecter dans ce travail.

L'INITIEE. (*n'ayant pas de réponse le mardi suivant, elle écrit à ce père*).

Bonjour père,

Je n'ai pas eu de réponse à mon dernier courriel. Je ne sais pas pourquoi. C'est fréquent les courriels qui sont sans suivi et ce n'est pas fécond pour moi ; ça m'use et ne prend pas soin de ma blessure d'abandon. Je n'ai plus envie de collaborer de cette façon et devoir courir après les réponses et les rendez-vous. Je ne sais pas si de ton côté tu peux ou veux faire quelque chose pour essayer de faire attention à ceci.

PERE. Bonjour, Je comprends très bien ta frustration et, pratiquement, je t'avoue que je ne suis pas de la partie quand tu demandes si je le suis encore. J'ai quitté le lien depuis deux ans et je ne sais trop où tu en es dans ton projet. Je peux observer que je m'en soucie trop peu, ce qui m'informe de là où je suis maintenant. Que dirais-tu d'une rencontre pour ajuster le lien au présent de ce que nous devenons chacun?

L'INITIEE. Merci de me répondre. J'aime mieux connaître la vérité que de sentir des choses qui ne me sont pas dites ; c'est moins blessant. Je suis d'accord pour te rencontrer, mais je veux prendre un peu de temps pour me situer intérieurement. Je te reviens bientôt.

PERE. Ok. J'attendrai de tes nouvelles.

MERE. Je viens de lire les échanges entre toi et père et je passe tout doucement prendre de tes nouvelles. Si tu avais envie de m'en donner, j'apprécierais. En fait, j'aimerais bien savoir

ce que tu fais avec ça en espérant de tout cœur que tu ne te fasses pas trop de mal à cette occasion.

L'INITIEE. Merci de prendre des nouvelles, ça me touche. J'aime mieux connaître la vérité que de sentir des choses qui ne me sont pas dites, c'est moins blessant. J'aime mieux aussi que cette situation se clarifie afin de ne pas continuer ce projet dans cette énergie. Si père n'est plus du projet, c'est correct pour moi. Je préfère cela à quelqu'un qui est là sans être là. Ça m'aura pris beaucoup de temps pour arriver à me tenir debout en ce lieu, à ne pas m'abandonner quand le Père n'est plus. Je ressens de la tristesse, un peu de colère et de la déception. Je vais laisser décanter le tout pour me permettre de voir clair pour la suite. Je suis d'accord pour rencontrer père, je vais prendre le temps de me positionner intérieurement avant. Je crois que ce serait bien que tu sois présente à cette rencontre. Qu'en penses-tu?

MERE. Je crois que c'est une bonne chose, tout comme je pense que dans cette rencontre, ce n'est pas ma place, car il s'agit de clarifier des choses qui concernent votre lien à vous deux.

*Suite à ces échanges, l'Initiée rencontre sa grand-mère et discute avec elle de ce qu'elle vit avec ce père et cette mère dans la triade d'accompagnement pour son projet de recherche.*

GRAND-MERE. Je trouve que tu paies pour être supervisée et je ne veux pas que tu paies pour les insuffisances du côté de tes superviseurs.

L'INITIEE. Ces échanges m'ont permis de réaliser quelque chose. C'est comme si tout ce temps-là, un voile, une illusion persistait face au Père. J'ai réalisé que je croyais que Père me faisait vivre des épreuves pour que je traverse un rituel, comme s'il avait la posture d'un passeur.

GRAND-MERE. C'est cette pensée qui a fait que tu as toléré l'intolérable. Frédérique Pearls appelait ça du « mind fucking ».

L'INITIEE. J'ai fait comme avec mon père dans mon premier scénario de vie. Je préserve son image en me disant que s'il agit ainsi c'est pour que je comprenne quelque chose.

GRAND-MERE. C'est une reproduction de ton premier scénario de vie.

L'INITIEE. Parfaitement, sauf qu'avec les outils que je possède, je me suis quand même construite. C'est là que je trouve que ça devient intéressant. Qu'est-ce qui fait que je n'ai pas été démolie. J'aurais pu, je l'ai été par moment, mais je ne suis pas restée là. Là, ma recherche devient intéressante.

GRAND-MERE. Avec ton père, le rôle père versus amoureux n'était pas clair, et dans ce projet c'est la même chose, ton amoureux, ton accompagnateur, ce n'est pas clair. Pour lui, il semble que son attrait soit que tu l'idéalises. Il se nourrit de ça comme ton père l'a fait et ne joue pas son rôle de superviseur. Si tu veux avoir l'amour de papa, que dois-tu faire ?

L'INITIEE. Il faut que je l'idéalise sinon il me rejette.

GRAND-MERE. Est-ce que ça veut dire de le prendre quand il décide d'arriver ?

L'INITIEE. Ce qui est important pour moi maintenant est de nommer ce qui est dans mon cœur : nommer les choses.

L'INITIEE (*Quelques temps plus tard, elle envoie ce mot au père*).

Bonjour père,

J'ai bien réfléchi suite à nos derniers échanges, et je réalise qu'au départ de ce projet d'accompagnement, j'ai choisi mère comme accompagnatrice. Elle a eu l'idée que tu co-accompagnes, idée que j'ai acceptée. Je me rends compte qu'au cours des dernières années, j'ai évolué vers autre chose et souhaite continuer mon projet avec mère seule. Ainsi la rencontre entre nous n'a plus sa raison d'être. Je te remercie pour tout ce que tu m'as permis d'apprendre.

TEMOIN. Que s'est-il passé pour toi après ces échanges.

L'INITIEE. Quand je dis au père que je le remercie, je suis vraiment sincère. Le fait qu'il m'avoue que depuis deux ans, il n'est plus de la partie, m'a beaucoup aidée. C'est venu

légitimer mon sentiment d'abandon ; je n'étais pas folle. Il n'était pas en train de me faire vivre un rituel pour que je comprenne des choses. Il était vraiment absent. Moi, j'étais restée dans le lien tout ce temps et je l'espérais. Et vous savez quoi ? Ce que j'ai compris de plus important ; c'est que le passeur ce n'était pas lui, c'était moi. C'est moi qui me suis fait vivre ce rituel. C'est moi qui voit la vie de cette façon et qui porte à la fois le regard du témoin et du passeur sur ma vie, et le théâtre que je me joue pour grandir en conscience et en amour. Je suis sortie de l'attente du Père. Cela a été un grand soulagement pour moi. Je me suis réappropriée mon pouvoir.

TEMOIN. Comment mère a-t-elle réagi à tout cela ?

L'INITIÉE. J'ai été très touchée par sa réaction. Elle m'a dit qu'en tant que femme elle avait toujours été solidaire à la réappropriation de mon pouvoir. Elle m'a félicité.

TEMOIN. Quel effet cela a-t-il eu sur toi ?

L'INITIÉE. Je me sens reliée à ma lignée féminine. Je me souviens qu'au début de ce projet de recherche j'avais écrit un souvenir sur un rituel que j'avais animé. Dans ce rituel, mon arrière-grand-mère, que j'incarnais, accueillait ses petits enfants dans la matrice pour leur raconter l'histoire de la création du monde. Quand elle a vu ses petits-enfants arriver, elle a dit : « Je vous attends depuis tellement longtemps ». Alors voilà mère-grand, j'ai fait cette longue boucle pour me relier à mon pouvoir au féminin, pour reconnaître l'amour en moi.

L'INITIÉE (*écrit dans son journal*).

Plus que 2 jours dans cette magnifique demeure au bord du fleuve. Comme j'aime ce lieu. Une lampe de chevet éclaire les hiboux qu'un ami m'avait donnés et leur donne un nouveau jour, une nouvelle vie. Tout comme moi, en quittant ce lieu, je m'en vais vers une nouvelle vie. Je réalise plus ardemment en étant ici, la pression que je peux ressentir dans ma nouvelle relation. Je prie pour que nous trouvions la place juste et le juste équilibre entre l'espace et le lien.

Le jour tranquillement apparaît, une teinte rosée se dessine à l'horizon précurseur du soleil. Le ciel au-dessus de ma tête est gris. Ce nuage est

pratiquement épeurant. Ma pensée divague et je perds le fil, fil d'équilibriste sur lequel je me tiens entre la vie et la mort. Mort d'un instant, d'un lieu... Tiens, l'espèce de sentiment épeurant revient, comme un cauchemar d'antan, dans la chambre de mes parents. J'y sens la présence de mon père et le goût de pleurer m'arrive, comme un vent de culpabilité : « Père, je n'ai pas voulu faire du mal ». Je suis dans le sentiment d'être mauvaise de ne pas avoir le droit d'avoir une vie. Quelle est donc cette ombre sur ma vie ? Tranquillement, le nuage s'effiloche et perd de sa couleur d'un soleil qui est à son orée matinale.

Mon arbre aussi est là, à l'ombre de la nuit, et plus difficile à percevoir. L'ombre est ainsi mystérieuse, et sous la lumière elle devient vie. L'ombre de la culpabilité face au Père tranquillement se prépare à la levée du jour. J'y entends quelque chose qui semble épeurant, une petite voix, à peine audible, la peur d'être prise pour toujours dans ce carcan. Je me lève et va à la fenêtre pour voir l'étendue de cette masse. Ce qui paraît immense dans la voix de l'enfant, n'est que mirage, un petit nuage face au lever du jour.

Bientôt petite, tu pourras jouer, libre de tes entraves de culpabilité. Tranquillement, mon arbre sort de l'ombre, et laisse apparaître ses teintes automnales. Bonjour mon bel arbre, je te vois te dresser fièrement bras ouverts à la vie. Le ciel s'éclaircit, j'attends le lever du jour. Comme il est agréable d'être témoin de toutes ces transformations. C'est ça la vie.

Au-delà du Père, de la Mère, de l'enfant, je suis le témoin d'une histoire qui se lève avec le jour. À l'écoute des mouvements de cette histoire et de la levée du jour. Je suis dans l'émerveillement du déploiement de chacune de ces avancées, de tous ces petits pas. Dans la découverte de chacun de ces instants qui se construisent, je tisse et m'ouvre à la vie. Devant cette orée du jour, je m'incline de gratitude. Ce matin, la poète est revenue à sa plume et a su se laisser porter par l'histoire contée. Je suis le mouvement de la mère, de la grand-mère et de l'arrière-arrière-arrière... grand-mère. Je suis la lignée de la vie qui se poursuit, et devant ce magnifique théâtre, je m'incline. Le nuage n'est plus et je suis heureuse de participer à tant de beauté.

Oups ! Mon arbre, il me semble qu'il me reste quelque chose à te dire ! Oui ! C'est combien je t'aime dans ta posture. Tu gardes ta prestance malgré les saisons qui te dénudent. Tout comme toi, c'est l'attitude dans ce mouvement de vie et de mort que je veux porter, être fière de ma vie. Merci pour cet autre enseignement.

WOW ! Le soleil arrive, l'ombre des nuages permet à la vie de se manifester. Par l'ombre je peux deviner la lumière. Quand on sait y être assez patient, le jour s'y lève.

PASSEURE. J'ai un présent pour toi. Sachant tout ce que tu as traversé, je voulais ritualiser ce moment par un acte symbolique. Je t'offre du chocolat parce que c'est bon pour le cœur et pour le commencement d'une nouvelle étape. J'ai beaucoup de reconnaissance pour ton chemin.

L'INITIÉE. Merci de m'avoir soutenue et d'être demeurée présente.

PASSEURE. Ça me fait du bien de voir qu'il y a de la douceur pour ton cœur.

## **CHAPITRE 4**

### **DISCUSSION ET MISE EN PERSPECTIVES**

#### **4.1 PROCESSUS INITIATIQUE ET RENOUVELLEMENT DES PRATIQUES RELATIONNELLES**

La dernière partie de ce mémoire nous permet de revenir brièvement sur la question et les objectifs de départ. Ce retour est l'occasion de vérifier si la recherche nous a permis de répondre à la question et aux objectifs posés.

En effet, la question à laquelle se proposait de répondre la présente recherche s'énonce ainsi : « *En quoi et comment mon engagement résolu dans un processus initiatique a-t-il contribué au renouvellement de ma pratique relationnelle et professionnelle ainsi qu'au au déploiement de mon pouvoir personnel dans une visée d'unification?* »

Si le lecteur se souvient bien, dès le début de cette recherche, je faisais face à un problème à la fois existentiel, relationnel, professionnel et théorique. En effet, je réalisais avec effroi que j'étais prise dans une dynamique relationnelle répétitive. Je voyais clairement que je répétais sans cesse, bien qu'inconsciemment, des enjeux issus de mes premières relations significatives. Le schéma de mon scénario originel est structuré de la manière suivante : Inconsciemment, j'idéalise le père. Je crois que pour réussir, je dois m'accrocher à lui. En réalité, je ne crois pas en ma propre valeur. J'ai besoin du regard du père aimant voire amoureux pour croire que je vaudrais quelque chose. Avec la mère, je me sens en compétition. Je dois arriver à être meilleure qu'elle pour ne pas avoir le rôle de servante et être reconnue du père comme étant valable ».

Heureusement, j'ai réalisé assez tôt que ce problème, n'était pas un simple dysfonctionnement de mon appareil psychoaffectif et qu'il s'agissait plutôt d'une question de genre avec une dimension culturelle, voire générationnelle, qui exigeait toute mon attention. Voici la nature de la préoccupation qui m'a engagée dans ce processus de recherche-formation devenu, avec le temps, une véritable quête initiatique. En effet, j'ai constaté que cet état de fait, ne concernait pas uniquement mon histoire passée. Il demeurait hyper agissant dans ma vie relationnelle et professionnelle. J'ai donc cherché à comprendre le mécanisme qui freinait mon déploiement, tout en tentant, par tous les moyens, de trouver de véritables voies de passage pour me libérer. Mon projet de maîtrise avait l'avantage de promettre non seulement la transformation de la praticienne que je suis, mais aussi le renouvellement de ma pratique relationnelle tout en créant des conditions de production de sens et de savoirs inédits. Face à une telle perspective, je me suis engagée corps et âme dans la démarche qui, enfin, s'achève.

#### **4.1.1 De l'inertie au rituel**

Ce processus initiatique m'a permis de plonger au cœur de mes enjeux et de rencontrer ma blessure sacrée, la honte. Honte face à ma propre conscience et face à ma famille. Honte d'entretenir un rapport illégitime avec le père. Je réalise que j'avais peur de perdre ma famille si je dévoilais cette expérience vécue réellement ou symboliquement dans la relation au père. Face à cette réalité intérieure, j'avais un réel sentiment de danger de mort. J'avais le sentiment qu'en parlant, je pourrais mourir et, pire encore, faire totalement éclater ma famille et, conséquemment, les faire mourir aussi. Je ne pouvais donc plus bouger. J'étais immobilisée, paralysée par une forme d'inertie qui faisait en sorte que le retrait face à l'ampleur de mon ressenti devenait mon unique protection.

C'est ainsi, que j'ai choisi un chemin initiatique qui utilise le travail rituel. J'avais besoin de désamorcer cette force paralysante qui semblait me tenir. Mon processus de ritualisation m'a permis, non seulement de comprendre ce vécu, mais de le revivre aussi sensoriellement avec toute l'intensité qui s'y cachait. Je pouvais enfin avoir un pouvoir



personnel dans des lieux de moi où j'en avais été si longtemps privé. Je suis allée me chercher dans un lieu de mort pour y insérer progressivement un peu plus de vie.

J'ai réussi à lâcher prise face à mon identification projective avec le père, et la croyance selon laquelle, sans le regard du père, je ne suis rien. Cette croyance a progressivement perdu de son évidence et de sa force. Je vois bien, qu'au bout de ce processus, je n'ai plus absolument besoin de m'accrocher à lui pour exister et pouvoir me déployer. L'ampleur du transfert que je vivais et la difficulté que j'ai eue à transcender cet enjeu ont exigé plus de cinq ans de travail. Je réalise l'ampleur de la détresse qui se trouvait derrière cette projection.

Je me suis accompagnée avec bienveillance, patience et constance. J'ai accueilli tout ce qui émergeait et je suis allée chercher de l'aide. J'observe avec émerveillement les nouvelles fondations plus solides que je me suis construite au cours de ce processus. Je constate ses effets sur mes relations personnelles de même que sur mon efficacité et ma solidité professionnelle. J'ai aussi appris à reconnaître les dimensions systémiques de l'expérience que je vivais et la juste mesure de ma propre responsabilité. Je suis sortie de l'idéalisation, et j'ai pu voir avec une clarté et une sérénité accrues les qualités et les défauts de mes figures projectives comme celles du père originel. Ainsi, chacun peut enfin occuper sa juste place.

#### **4.1.2 La ritualisation un chemin d'accompagnement**

La démarche symbolique, réflexive et dialogique qui a soutenu mon processus d'auto-accompagnement en recherche-formation m'a tranquillement permis de mieux me voir. J'ai ainsi aperçu les dynamiques qui se jouaient au cœur de mon expérience. J'ai progressivement appris à nommer et à apparaître avec l'ensemble de mon expérience vécue dans des relations signifiantes. Dans le tableau ci-dessous, nous pouvons voir l'interrelation de la dimension réflexive, symbolique et dialogique dans ce chemin d'auto-accompagnement.

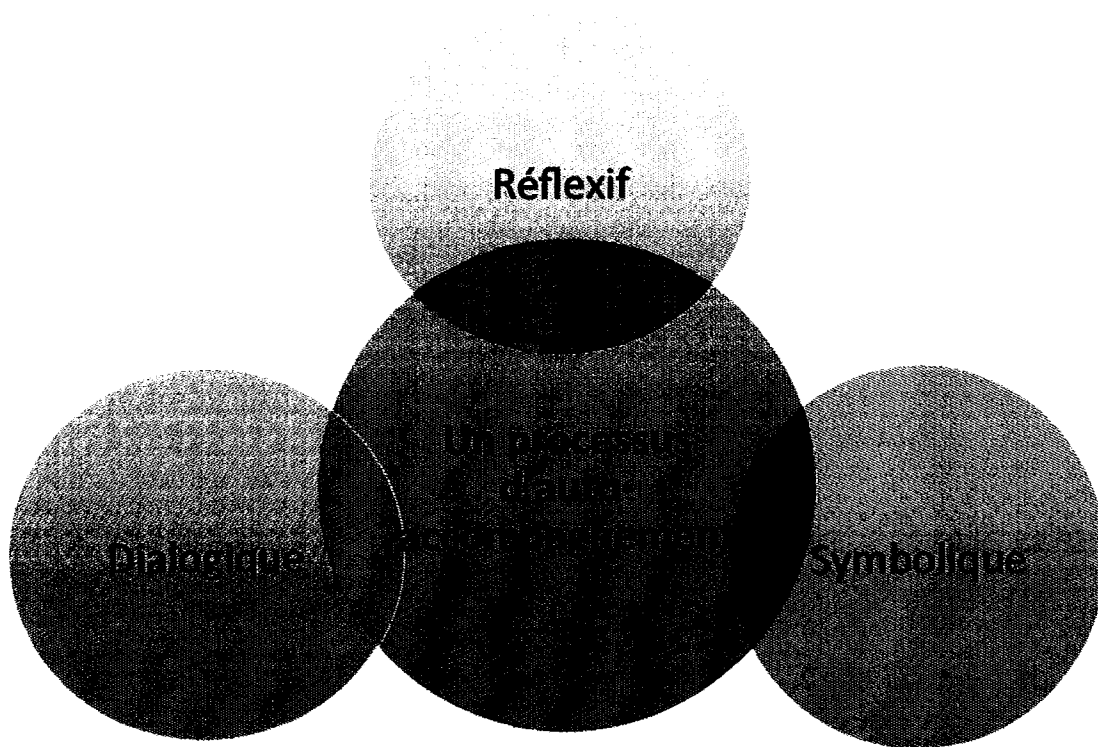


Figure 4 : Processus d'auto-accompagnement

Ce sont tous ces aller-retour entre mon monde interne et mes relations qui m'ont graduellement permis de sentir que je peux perdre le père et continuer d'exister. Je peux nommer des limites, je peux questionner, je peux dire mes états intérieurs etc., sans être totalement ébranlée. Le père peut réagir ou non, répondre à mes questions et mes demandes ou pas sans que je sois démolie. Il peut vivre ou mourir sans que ma valeur et mon existence en dépendent. J'ai le bonheur de constater que je n'ai plus besoin de m'accrocher psychiquement à lui pour pouvoir continuer de vivre. Il peut me manquer, je peux l'aimer, être en colère et sentir dans mon cœur le lien, demeurer stable et continuer d'exister.

Dans ma psyché, j'avais associé que ma réalisation au niveau spirituel ne pouvait se déployer que par un lien que j'avais créé avec un père. J'ai connu le sacré grâce à une relation avec une figure paternelle. Sans lui j'avais l'impression que je perdrais le lien avec

la dimension sacrée de l'existence. Ainsi, sans trop m'en rendre compte, j'ai cru que je devais être réalisée, voire illuminée, pour être dans les faveurs du père. L'union avec le père se produirait à la seule condition que je sois spirituellement à la hauteur. Or, sans que je ne le réalise, je me suis accrochée à une certaine idée d'une quête d'illumination pour enfin avoir une valeur. Ce processus de recherche de type initiatique m'a permis de me dégager de ces croyances toxiques. Ma quête spirituelle a été transmutée par ma recherche. Je ne suis plus dans une poursuite effrénée d'illumination à tout prix et cela me soulage. Je sens également que je n'ai plus absolument besoin d'un père pour accéder à la dimension sacrée de ma vie ou de mon existence.

Le plan affectif s'est aussi transformé. Je sens bien que je n'ai plus besoin de poursuivre une représentation idéalisée pour pouvoir vivre une relation nourrissante et édifiante avec un amoureux, tout comme je n'ai plus besoin d'exiger la perfection de l'autre. J'ai gagné la liberté d'être dans une relation amoureuse sans être à tout prix dans une expérience déchirante. J'ai acquis plus de maturité affective et spirituelle, ce qui me permet de pouvoir tenir le lien en cas d'épreuve, et attendre que la relation trouve son propre rythme et sa propre voie de résolution. Je suis plus en mesure de communiquer, de vivre et d'évoluer avec mon partenaire.

Au début de ce processus de recherche, je réalisais également que mon rapport avec les femmes de ma vie, dans leurs différents rôles, n'était pas simple. Dans mon scénario originel, mon lien avec la mère était difficile. J'éprouvais de la difficulté à me relier positivement avec une femme lorsqu'il y avait un rapport d'autorité. Je pouvais facilement me sentir envahie et contrôlée, et j'éprouvais beaucoup de difficulté à me nommer. Dans ce contexte relationnel m'exprimer était vécu, au niveau psychique, comme très dangereux. Il y avait le risque de faire mourir ma mère. De plus, j'avais le sentiment que je ne pouvais pas me déployer dans ma force à côté d'une femme dont le rôle lui conférait d'emblée une position d'autorité. Dans ces contextes, je ne me sentais ni vue, ni reconnue. La voie initiatique qu'a pris cette recherche m'a aidée à apprendre, à voir, à nommer et à réaliser que je ne meure pas et les autres non plus, lorsque je parle, surtout les figures projectives de

la mère et des sœurs. Les femmes ont été très présentes tout au long de ma quête initiatique. Elles sont demeurées dans le lien, intéressées à ce que je comprenne et traverse les enjeux présents. Sans leur aide et sans leur présence soutenue, je n'aurais pu faire ces apprentissages essentiels à mon déploiement, c'est-à-dire me relier positivement à une femme sans me sentir en compétition. Nous pouvons l'une et l'autre être dans notre pouvoir et nous co-accompagner, nous co-construire. À partir du moment où j'ai pu lâcher le père au niveau de l'idéalisation, j'ai pu, à la fois me reconnaître dans ma force, et ne plus me sentir une menace à abattre face aux femmes en situation d'autorité.

## **4.2 OBJECTIFS**

### **4.2.1 Observer et décrire les conditions qui participent à me mettre en situation de perdre ou de retrouver un sentiment d'unification au sein de relations significantes.**

J'ai réalisé, à travers mon chemin initiatique, que les croyances que j'ai introjectées me mettaient dans un cycle répétitif que je décris maintenant comme suit : je ressens de la vie, un élan puis, une de ces croyances vient m'assaillir, m'immobilise dans l'impuissance et le silence. C'est une petite mort. Je me retire le temps de refaire mes énergies puis je tente de rejaillir à nouveau, toujours dans le but de plaire au père et, probablement sans le réaliser à ce moment, me réapproprier mon propre masculin, mon animus. Dans ce cycle, je m'assassine et assassine mon animus. Je réalise que je pouvais voir se dérouler sous mes yeux et face à mes parents, ce scénario répétitif. Ce cycle, représente l'ambiance familiale, où tout se passe sans mots, et où l'introjection de croyances vient freiner le déploiement de ma quête de réappropriation de mon propre masculin et féminin.

À travers ce scénario répétitif, plusieurs croyances peuvent être réactivées et participent à me mettre en situation de perdre un sentiment d'unification en relation. J'ai identifié, dans les deux tableaux suivants, les principales croyances galères que ce parcours m'a permis d'identifier. Dans le premier tableau, j'ai inscrit la croyance que je considère

comme étant la principale fausse idée que je porte face à chacune de mes figures d'identification. Dans le second, j'ai ajouté les autres croyances que j'ai pu identifier grâce à ma démarche d'auto-formation et je les ai classées en quatre sections : celles que je porte face au père, à la mère et à la famille ainsi que face à moi-même. Ces croyances sont des représentations figées provenant des perceptions que j'ai développées face à mon scénario originel et qui peuvent être réactivées à travers mes relations au présent. C'est le moi conditionné.

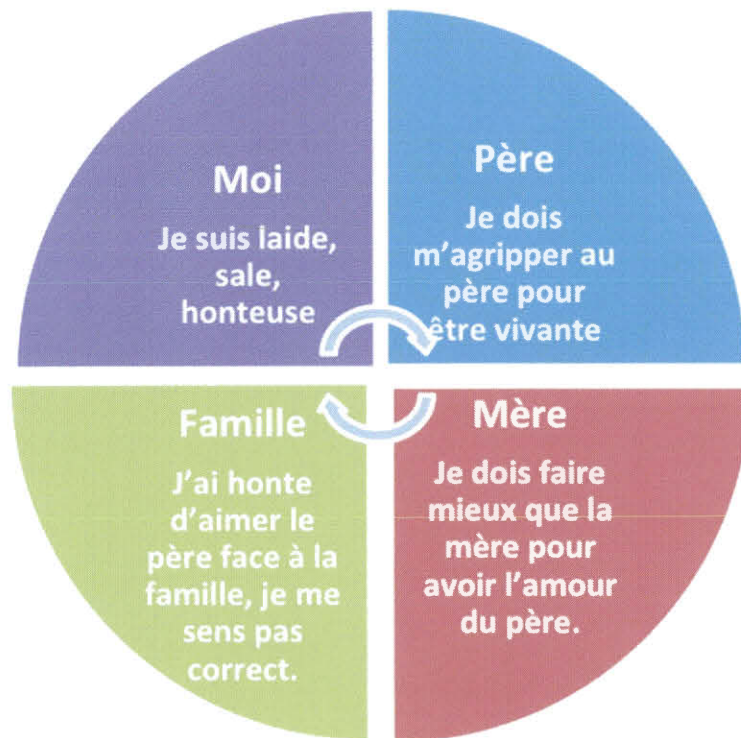
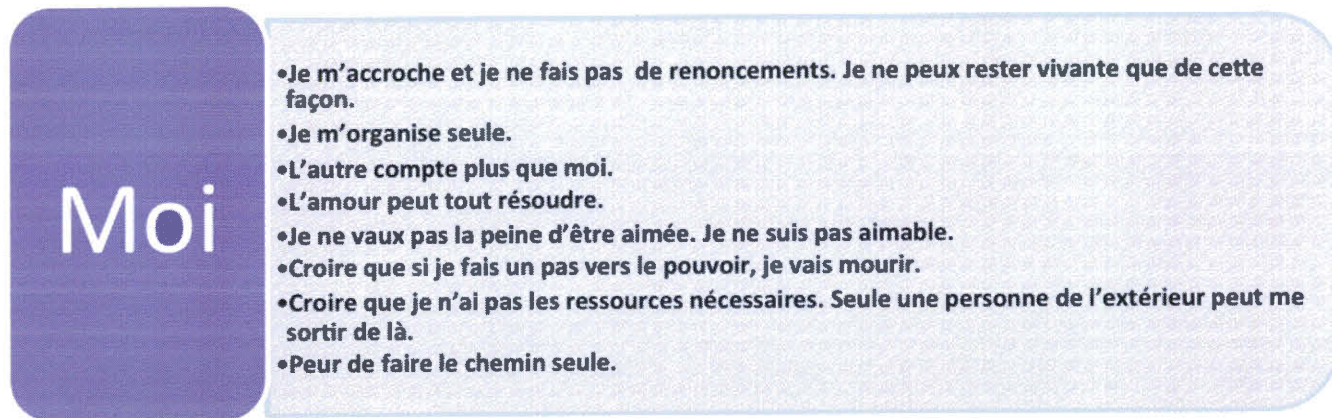


Figure 5: Scénario d'introjections de mes principales croyances galères



Figures 6 et 7 : Principales croyances erronées face à moi, au père et à la famille





## Père

- Si je viens vers le père, est-ce que la mère est trahie?
- Peur de me sacrifier pour laisser la place au père.
- Croire que le père va venir me chercher le cœur et après va m'abandonner.
- Amour impossible face au père. Je veux mais je ne peux pas parce que l'amour est érotisé.
- Je suis la seule responsable de ce qui se produit dans le lien avec le père.
- J'espère que le père va deviner mon amour. À un certain moment, cela se produira.
- J'espère être choisie par un père idéalisé afin d'être digne.
- Je projette ma puissance sur le père.
- Je crois que parce que je ne suis pas correcte, je ne peux rencontrer le père.
- Je crois que je vis l'amour grâce à l'autre.
- Dans le désir amoureux, je perds de vue l'ensemble du contexte. Je suis dans l'obnubilation amoureuse.
- Si je parle de mes sentiments au père, je vais être la fatigante et serai rejetée.



## Mère

- Lorsque je viens vers le père, la mère est-elle trahie?
- Incapacité d'aller vers la mère pour confier mes peines.
- Avoir le sentiment que la mère ne m'entend pas et ne me reconnaît pas.
- Je vois la mère comme une servante et la rejette.
- Je ne peux faire confiance à la mère parce qu'elle ne souhaite pas que je sois dans mon pouvoir et lui vole la place à côté du père. Je dois faire à ma tête.
- Si je laisse passer le lien avec la mère, je vais être contrôlée, envahie, abusée.
- Si je parle, ma mère va mourir.
- Si tu réussis, tu es une putain.



## Famille

- Peur de perdre ou de briser la famille.
- Peur de me sacrifier pour laisser la place à la famille.
- J'espère que la famille voit ma détresse sans que je puisse en parler.
- J'arrive dans la famille avec un secret face au père et je suis en danger de mort.
- Sentiment d'être exclue de la famille.
- Je ne peux avoir un regard critique face à la famille sans risquer l'exclusion.

Cet ensemble de croyances me met, dans mes relations premières, dans des impasses de contact. En même temps que le lien d'amour indispensable, un sentiment intolérable est vécu, de par les croyances que j'ai introjectées et rendent cet amour impossible.



Figure 8 : L'amour impossible<sup>8</sup>

En tenant compte de ces représentations qui m'habitaient, j'ai posé plusieurs actions en vue de retrouver un sentiment d'unification en relations significantes et devenir un sujet responsable :

<sup>8</sup> Lorsque j'utilise le mot père ou mère, il faut entendre à la fois ma mère et mon père biologiques tout comme les autres figures transférentielles qui réveillaient en moi les mêmes dynamiques.





Figure 9 : Le sujet responsable

<sup>9</sup> Lorsque j'utilise le mot père ou mère, il faut entendre à la fois ma mère et mon père biologique tout comme les autres figures transférentielles qui réveillaient en moi les mêmes dynamiques.

### 4.2.2 Retracer le parcours initiatique

Le second objectif de ma recherche a été de retracer mon parcours initiatique par une reconnaissance des conditions et compétences déployées sur la voie de la quête de l'unification. Dans le but de retracer la voie initiatique par laquelle je suis passée, j'ai repris les différentes étapes d'un rituel selon Vloet<sup>10</sup> et j'y ai juxtaposé mon récit pour en identifier les différentes étapes.

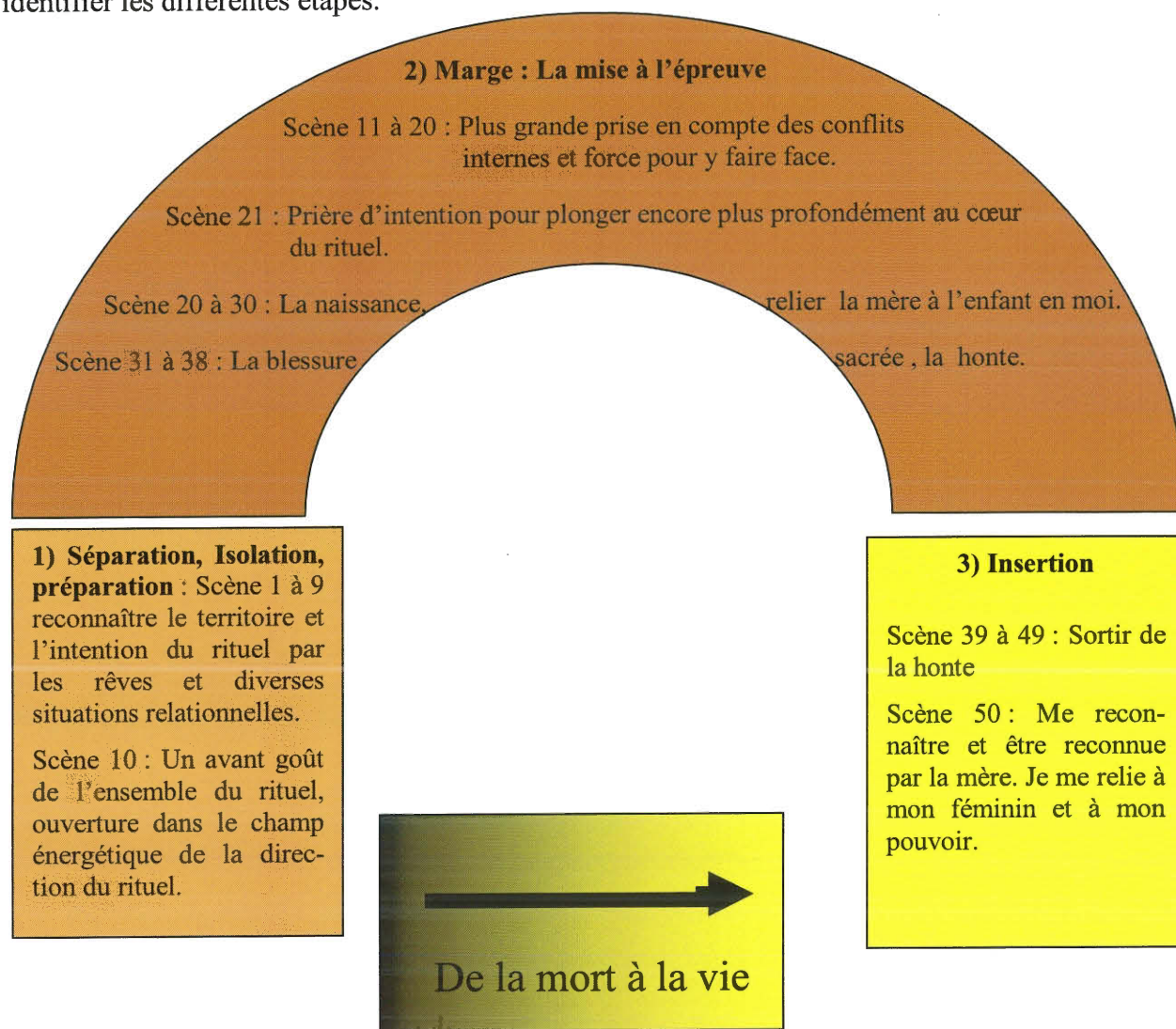


Figure 10 : Le parcours initiatique

<sup>10</sup> Graphique provenant d'un document sur le web  
[www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc](http://www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc)

Dans la première partie du rituel, la marge, je me mets à l'écoute, à travers différentes expériences de ma vie, des miroirs et des symboles qui m'interpellent et qui pourraient me donner de l'information sur ce que ce rituel m'invite à vivre. Je ne décide pas de la direction à donner. J'ai confiance et je crois qu'il y a une intelligence qui me dépasse et qui peut m'indiquer la route à suivre. Je reste connectée à mon ressenti émotionnel, corporel, à mes pensées, et je vois ce qui résonne, ce qui me semble juste, être en accord avec moi, sans que je comprenne l'ensemble de façon rationnelle. Je recueille des informations comme quelqu'un qui cherche à faire un casse-tête sans en connaître l'image finale. Je suis attentive autant à ce qui me déploie qu'à ce qui me contracte. J'ose aussi partager avec mes pairs mes rêves nocturnes et mes expériences personnelles. Je reçois leurs commentaires et demeure attentive à mes réactions. Je prends en note tout ce qui me semble avoir du sens. J'ai le courage de m'exposer et de recevoir.

Je sais reconnaître mes fragmentations, ces moments où je perds l'unité et deviens divisée. Quand je le reconnais, je retrace le moment déclencheur, j'écoute dans mon monde interne ce qui a été ébranlé. Encore là, je suis attentive à mes pensées, aux émotions et au corps. Je vois les personnes qui m'entourent pouvant n'être que le reflet, à ce moment, de ce que j'ai introjecté du père, de la mère et de la fratrie et j'essaie de reconnaître les croyances et les identifications que je porte.

À la scène 9, le passeur me dit que dans l'initiation, on vit le danger de mort. À ce moment, dans ma vie, je fais régulièrement des rêves dans lesquels j'ai le sentiment et la peur de mourir. Lorsque je me fais dire cela, il y a une connexion avec mes expériences. Je sens que cela est juste sans savoir à quel point ce sera effectivement ce que je rencontrerai à travers cette initiation. Je saisi le message que je reçois comme une pièce du casse-tête qui se construit.

Dans la scène 10, je vis un rituel, une hutte de sudation. À ce moment-là, je ne sais pas que cette expérience sera un condensé de ce que je vivrai à travers cette longue initiation. Même au moment d'écrire mon récit, je ne suis pas certaine de la pertinence de

cette scène. Ce n'est qu'après avoir écrit tout mon parcours que j'en reconnais la justesse. J'avais conservé cette partie du casse-tête, percevant intuitivement qu'elle était importante.

Dans la seconde partie du rituel, la marge, je dois faire preuve de beaucoup de courage. À un certain moment, je ne sais vraiment pas si je vais perdre l'esprit, tellement l'affect qui est soulevé est puissant. Encore là, j'ose nommer, même si, parfois, je me retiens longtemps avant de le faire. Je vais chercher de l'aide. Je persévère et utilise tous les outils que j'ai à ma disposition pour traverser cette épreuve.

À la scène 21, je redéfinis mon intention avec ce que ce début de parcours m'a permis d'apprendre. Je me relie aux grands-mères, aux femmes et aux ancêtres. Je m'ouvre à plus grand que moi. Je me relie à la nature en promenant mon attention du dedans vers le dehors. J'établis un dialogue avec celle-ci pour chercher des réponses. Je descends encore plus profondément au cœur de mes racines afin de me dégager de ce qui est soulevé par ce rituel. Dans les scènes subséquentes, je plonge et émerge à plusieurs reprises. Je commence à naître dans ma reliance, femme-mère-enfant.

Je me relie de plus en plus à mon cœur et accueille l'enfant blessée. Je continue de nourrir le sacré par mes écrits, méditations et autres et à être présente à mes enjeux. J'utilise l'histoire élargie. Je mythologise mes enjeux en conte pour continuer ce travail de reliance entre le conditionné et l'inconditionné. Ma persévérance et ma foi permettent à l'enfant d'apparaître dans toute sa détresse et sa honte dans les scènes 31 à 38. J'ose aussi apparaître avec tout ce vécu dans mes relations. Je me confronte au réel. Je cherche à comprendre, à accueillir et à transcender ce qui est soulevé.

Tout ce travail d'interfécondation du conditionné à l'inconditionné fait qu'ils ne fonctionnent plus séparément. Je deviens tranquillement de plus en plus le Sujet qui n'est ni le sacré, ni le conditionné, mais la rencontre des deux.

Dans la dernière partie du rituel, l'insertion, je sors graduellement de la honte en continuant de confronter mon vécu interne dans mes relations réelles. Je ne me perds pas de vue. Mon objectif n'est pas de gagner sur l'autre ni d'avoir raison, mais bien de pouvoir



transcender ce qui m'habite. J'essaie, le plus possible, d'être la gardienne de mon cœur en relation. Lorsque je me sens suffisamment forte, j'ose confronter. Je départage ce qui m'appartient de ce qui ne m'appartient pas. Je fais des choix et décide de quitter un père. Cette décision m'aide à me reconnaître dans ma force et à me redonner ce qui m'appartient. Ce sont les femmes qui m'accueillent et me reconnaissent dans ce parcours.

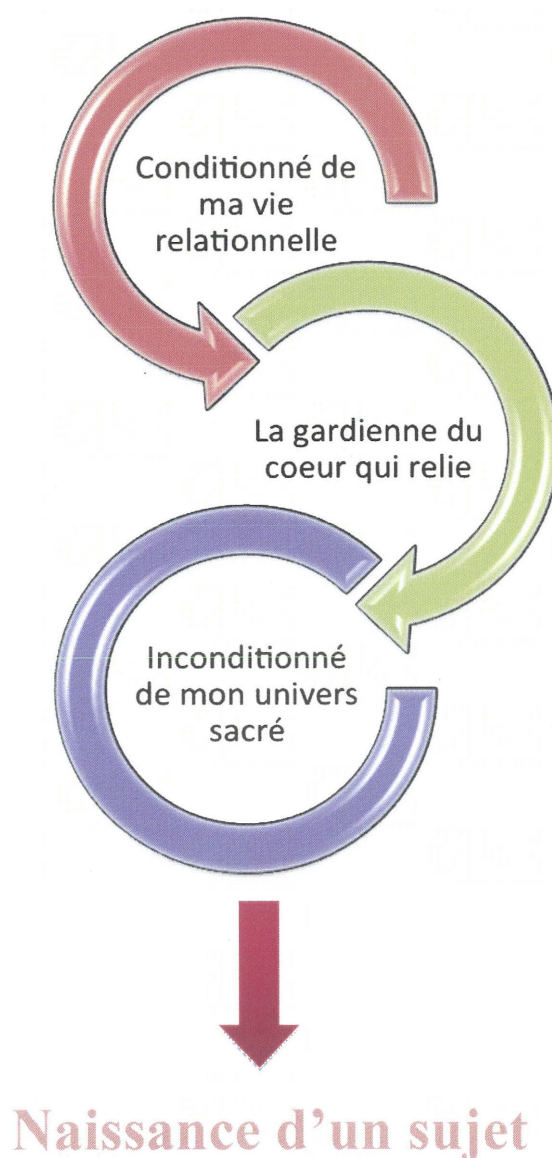


Figure 2 : Interfécondation du conditionné et de l'inconditionné qui donne naissance au sujet

### 4.3 COMPRENDRE LES ARTICULATIONS ENTRE MES DIFFÉRENTES ACTIONS

Le troisième objectif était de comprendre les articulations qui relient la créativité, le travail rituel, le dialogue et la réflexivité dans ma pratique initiatique. Pour tenter une réponse à cette question, j'ai compilé chacune des actions que j'ai posées l'une à la suite de l'autre. Aucune logique particulière ne semble articuler l'ordre dans lequel ces actes ont été posés. Ce qui m'a le plus surpris c'est de constater l'importance de la dimension relationnelle. Mes dessins, rêves, écrits, rituels, réflexions sont constamment réinvestis en relations et viennent de nouveau nourrir ma poésie et autres. Ils agissent comme des vases communicants se nourrissant l'un l'autre pour me permettre d'intégrer de plus en plus mon pouvoir.

Le dialogue et la réflexivité m'ont principalement aidé à comprendre tout le matériel qui m'habitait et à me sentir soutenue par mes relations. Tous les autres actes m'ont aidé à contenir, à garder la foi, le courage, et aussi à savoir que je ne suis pas que ces enjeux. Ils m'ont aidé à contacter ma dimension sacrée.

#### Actes symboliques précurseurs

Je réalise, en fin de parcours, que plusieurs actes symboliques ont été déterminants, voire annonciateurs du déploiement de ce rituel. Au tout début du rituel, je fais un rêve. Une de mes Alliées me dit que, pour elle, le rêve lui parle d'aller chercher la partie la plus vaillante d'elle-même, et c'est vraiment ce que j'ai dû faire pour acheminer ce processus vers sa fin. Dans un des contes, en début de parcours, je dis à travers le récit que pour sortir du cycle répétitif dans lequel est la sorcière, elle utilise l'histoire qui guérit, et c'est tout à fait ce que j'ai fait avec l'écriture de ce récit initiatique. Le dessin du mandala, plus tard, m'indiquera que pour arriver à me séparer psychiquement du père, je dois être dans mon pouvoir. En écrivant ce récit, c'est aussi ce que je fais. Je me reconnais dans mes différentes forces et apparais avec ma singularité et mon originalité. Deux grandes forces ont été nécessaires pour traverser ces différentes étapes du rituel : avoir du cœur, tout au long de ce parcours et savoir me relier positivement à la petite fille en moi, voire au bébé.

L'entretien d'explicitations et l'alignement des niveaux logiques m'avaient aussi préparés à reconnaître ces aptitudes. Et enfin, la hutte de sudation m'indique que, pour naître, je dois me relier à la mère et abandonner la quête du père malgré qu'il me paraisse indispensable à ma survie.





## CONCLUSION

Le voyage de la fabrication de l'âme prend du temps, exige des efforts, du talent, du savoir, de l'intuition et du courage. Il est bon de savoir que tout travail sur l'âme est un processus : alchimie, pèlerinage, aventure. En le sachant, nous n'attendrons pas le succès instantané ou la finalité. Tous les objectifs et toutes les fins relèvent de l'heuristique : il faut les imaginer même si nous ne les atteignons jamais tout à fait.

Moore (1994, p.301)

Le parcours de maîtrise dans lequel je me suis engagée aura été long et périlleux s'échelonnant sur plus de six années de travail. Il est audacieux de proposer, dans le cadre d'une recherche à la maîtrise, que les praticiens puissent avec cette démarche de recherche formation amener, non seulement de nouvelles connaissances et du sens, mais aussi de se transformer personnellement en vue de pouvoir renouveler leurs pratiques. Le pari en aura valu la chandelle. Il est bien entendu que la transformation que cette recherche m'a permis de vivre est toujours en évolution, et que mon travail ne s'arrête pas avec la fin de ce mémoire. Je peux cependant dire que ce travail de recherche m'aura permis de circonscrire plusieurs empêchements dans ma vie et d'en diminuer grandement l'emprise.

Je ressors de cette grande fresque rituelle avec plus de confiance en mes capacités professionnelles et dans la pertinence du chemin que je propose pour accompagner le changement dans la vie de mes clients. Avoir pu m'accompagner dans certaines zones sinistrées de ma psyché me permet maintenant de le faire avec mes clients avec plus de confiance tout en gardant le cap. Je suis plus à même de rencontrer des zones de souffrance, telle que l'on voudrait en mourir et savoir que si l'on sait garder la direction de notre

navire, en sort vivant Je suis devenue un meilleur capitaine sur les mers houleuses, pour créer l'analogie avec mon père qui était marin.

J'ai aussi gagné en liberté puisque j'ai réussi à me libérer d'une grande partie de certaines croyances profondément enracinées qui me maintenaient sous l'emprise de l'inconscient parental. Tout ce travail de dégagement me fait comprendre la patience et la persévérance que cela peut demander d'accompagner le changement humain. J'ai dû revenir à maintes reprises aux mêmes endroits pour que graduellement se tissent de nouveaux circuits neuronaux, et que je puisse lâcher prise face aux autoroutes qu'avaient tracées mes croyances de fond.

Je me sens moins divisée entre la bonne et la moins que rien. Je n'ai plus autant besoin d'apparaître dans le but d'être vue et reconnue puisque je sais mieux me reconnaître, et cela autant dans la détresse que dans la joie. La mère que j'avais en quelque sorte expulsée prend maintenant place à l'intérieur de moi pour accueillir et réguler ses affects. Le travail d'unification entre ces deux polarités du bon et du pas bon s'est fait. Comme le dit une devise de Gilles Delisle (2004), je reconnais aujourd'hui que : *Je suis naturellement imparfait, limité et digne. L'autre aussi.* L'autre aussi, cette dimension de la devise de Delisle a pris son importance, et je suis plus en mesure de voir l'autre sans le besoin d'un filtre idéalisant pour l'aimer. Après plusieurs années de recherche, j'ai pu me réapproprier les qualités que je ne déposais que dans l'autre que j'idéalisais. C'est ainsi que j'ai pu me reconnaître dans mes qualités de « passeure » dans le changement humain. C'est ce que j'ai fait pour moi à travers ce rituel.

Comme guide en passage rituel, j'ai acquis une plus grande contenance. Contenir la direction d'un rituel sur six ans demande, effectivement, la capacité de s'auto-soutenir sur une longue durée et de croire en l'émergence de ce qui a besoin de se déployer. La dimension symbolique, la prière d'intention répétée régulièrement sur ma visée, ont été particulièrement utiles pour garder le cap et la foi. Mon lien étroit avec la nature et ma capacité de me relier à plus grand que moi m'ont aidé à croire que le vivant cherche à

croître et que comme celle-ci la force de vie à l'intérieur de moi trouverait sa voie si je savais rester à la barre de mon navire.

Comme psychothérapeute, je peux davantage inclure les aptitudes développées de la *passeuse*, c'est-à-dire garder mon enracinement sur une plus longue période d'accompagnement du changement humain. J'ai également acquis plus de force et de détachement dans le sens où, je peux m'appuyer sur plus grand que moi et faire confiance en mes clients, sachant qu'il y a en eux aussi une force de vie qui va les amener à croître. Je peux garder le cap, le temps qu'ils apprennent à le faire par et pour eux-mêmes. J'ai mieux compris la dimension transférentielle dans la répétition de mon scénario sur des acteurs de ma vie présente et le chemin à parcourir pour arriver à me réapproprier ces projections. Avec mes clients, je suis plus à même de les aider à voir leurs projections et réactions et à aller voir ce qui est sous-jacent.

Avec la fin de ce mémoire, je me sens à l'orée d'une plus grande ouverture dans ma vie et il me semble que le dépôt de celui-ci viendra définitivement fermer cet espace rituel, me permettra de compléter ce qui jusqu'ici était resté inaccompli, et transmuter vers une nouvelle vie. En ce sens, je vois bien que je sors d'un emprisonnement psychique qui laisse de la place à autre chose. Je laisse un boulet derrière et me libère de mes chaînes.

### **Les limites de cette recherche**

Sans trop savoir comment le nommer, il me semble que la présente étude démontre bien comment ce processus de recherche-formation, ma démarche d'écriture et le regard incessamment posé sur la dimension sacrée et psychologique de ma vie m'ont supporté dans ma quête singulière de sens, de santé et de connaissance. Je n'ai pourtant pas le sentiment d'avoir tout saisi de l'interaction de l'un et l'autre. Je demeure convaincue que j'avais besoin de ces différentes voies pour m'accompagner, mais il me semble que l'approfondissement de l'impact de cette transversalité pourrait être davantage déployé.

### **Vers quelles perspectives ?**

En effet, je me propose pour les recherches à venir de questionner plus en profondeur la part des processus d'écriture, de création et des démarches réflexives et dialogiques sur le chemin initiatique. Dans la présente recherche, je n'ai pu aller en profondeur dans l'analyse du processus, car toute mon attention était posée sur mon expérience au cœur de cette traversée. Il serait utile de revisiter le processus lui-même, ses outils et ses étapes pour avoir davantage accès à sa cohérence propre.

Je crois que j'avais besoin de cette multiplicité pour aborder la complexité des expériences faites d'affects intenses, sans une mémoire biographique explicite des contenus. Je pouvais constater par le transfert, les fragmentations, mes mémoires corporelles, rêves, dessins que j'étais habitée d'une histoire, de blessures, qui dépassaient mes souvenirs concrets, mais qui étaient pleinement ressentis et rejoués dans mon expérience relationnelle, corporelle et autres. Et, comme je crois en l'intelligence du processus, je ne peux que constater que ce mélange de méthodes, contenu dans un espace plus vaste, le rituel, a été salvateur. En extrapolant mon expérience, je crois aussi que lorsque nous sommes confrontés dans le changement humain à autant de matériel implicite, qui proviennent soit de non-dits, de souvenirs enfouis où de souvenirs trop puérils pour être explicites, il faut savoir marier les styles et élargir notre cadre de travail. Je pense qu'il pourrait être intéressant de continuer d'explorer la recherche en ce sens.

Arrivée à la fin de ce parcours, j'ai le désir de conclure avec un dessin, fait en même temps que le processus d'écriture de cette conclusion. Ce dessin me laisse entrevoir le nouveau qui émerge. Dans cette figure totémique, j'ai le sentiment d'avoir intégré ma force, et je me sens en paix avec celle-ci, contrairement à mon dessin fait en introduction. J'ai intégré une vision élargie représentée par l'aigle sur mon épaule. J'y vois le théâtre et la danse qui se jouent. Mon regard est doux et vivant. Si vous vous souvenez, dans mon dessin d'introduction, je ressentais la force extérieure à moi et une larme de sang et de colère coulait sur ma joue en réaction à cet empêchement. Voilà donc où, symboliquement, me mène tout ce grand processus rituel :



Dessin 8 : Je vois et j'aime



## BIBLIOGRAPHIE

- BARBIER, René. 1996. *La recherche action*. Paris : Éd. Économica. 112 pages.
- BAUER, Jeanne. 2000. *L'amour impossible: Folie nécessaire du coeur*. Montréal: Édition Le jour, 166 pages.
- BETTELHEIM, Bruno. 1976. *Psychanalyse et contes de fées*. Paris : Robert Laffont., 476 pages.
- CADDY, Eilece. 1989. *La petite voix, méditation quotidienne*. Gap : Le Souffle d'Or, 380 pages.
- CAMPBELL, Joseph. 2010. *Le Héros aux mille et un visages*. Paris : Oxus, 410 pages.
- CAMPBELL, Joseph. 1978. *Les héros sont éternels*. Paris : Seghers, 369 pages.
- CHÖDRÖN, Pema. 2011. *Il n'y a plus de temps à perdre*. Paris : Le courrier du Livre, 36 pages.
- CORNEAU, Guy. 2010. *Revivre*. Montréal : Éditions de L'Homme, 307 pages.
- COZOLINO, Louis. 2002. *The Neuroscience of Psychotherapy: Building and Rebuilding the Human Brain*. New York, NY: Norton and Co., 377 pages.
- CRAIG, Peter Erik. 1978. *The heart of the teacher : a heuristic study of the inner world of teaching*. Thèse de doctorat. Boston University Graduate School of Education. Traduit par A. Haranein, 1988, 62 pages.
- CRAIG, Peter Erik. 1988. « La méthode heuristique: une approche passionnée de la recherche en science humaine ». Traduction du chapitre consacré à la méthodologie tiré de la thèse doctorale de l'auteur intitulé « *The heart of the teacher : a heuristic study of the inner world of teaching* ». Boston University Graduate school of Education, 1978. Traduit par A.Haranein.
- CYRULNIK, Boris. 2010. *Mourir de dire : la honte*. Paris : Odile Jacob, 260 pages.
- DELISLE, Gilles. 2004. *Les pathologies de la personnalité : perspectives développementales*. Montréal : les Éditions du CIG, 210 pages.

- DELISLE, Gilles. 1998. *La relation d'objet en gestalt thérapie*. Montréal : Les Éditions du reflet, 148 pages.
- DE BEAUVOIR, Simone. 1949. *Le deuxième sexe 1*. Paris : Éditions Gallimard, 400 pages.
- DE GAULEJAC, Vincent. 1996. *Les sources de la honte*. Paris : Desclée de Brouwer, 314 pages.
- DESLAURIERS, J.P. et Kérisit, M. (1997). « Le devis de recherche qualitative ». Dans : J. Poupart, J.P. Deslauriers, L.H. Groulx, A. Laperrière, R. Mayer et A.P. Pires. *La recherche qualitative : Enjeux épistémologiques et méthodologiques*. Boucherville : Gaétan Morin éditeur, p.85-112.
- DHIRAVAMSA, V.-R. 1983. *L'attention source de plénitude : pratique de la méditation vipassana*. St-Jean de Braye : Édition Dangles, 164 pages.
- DILTS, Robert. 2008. *Être coach*. Paris : InterÉdition Dunod, 296 pages.
- DUNCAN, B.L. Miller, S.D. Wampold, B.E. HUBBLE, M.A. 2009. *The Heart and Soul of Change: Delivering What Works in Therapy*. Washington: American Psychological Association. 468 pages.
- DUNN, Sylvie. 2005. *Le concept d'amour en psychothérapie, un outil au service de la relation*. Montréal : Éditions nouvelles, 126 pages.
- DURAND, Gilbert. 1960. *Les Structures anthropologiques de l'imaginaire*. Paris : Dunod (1<sup>re</sup> édition Paris : P.U.F., 1960), 518 pages.
- ÉLIADE, Mircea. 1959. *Naissances mystiques : Essais sur quelques types d'initiation*. Paris : Gallimard, 276 pages.
- GADAMER H.-G.. 1996. *Vérité et méthode. Les grandes lignes d'une herméneutique philosophique*, trad. par P. Fruchon. Paris : Seuil, (1960), 533 pages.
- GOHIER, C. 1997. «Éthique et déontologie: L'acte éducatif et la formation des maîtres professionnellement interpellés ». Dans M.-P. Desaulniers, F. Jutras, P. Lebuis et G. A. Legault (Dir.), *Les défis éthiques en éducation* (p.191-205). Sainte-Foy: Presses de l'Université Laval.
- GOLDBERG, Nathalie. 1990. *Wild Mind: Living the Writer's Life*. New York: Bantam Books, 238 pages.
- GRATTON, Nicole. 1998. *Les rêves, messagers de la nuit : 15 principes pour bien les comprendre*. Longueuil : Éditions de L'Homme, 170 pages.



- GRONDIN, Jean. 1999. *L'universalité de l'herméneutique*. Paris : Presses Universitaires de France, 249 pages.
- GRONDIN, Jean. 2006. *L'herméneutique*. Paris : PUF, collection : *Que sais-je ?* Deuxième édition. 128 pages.
- GUBA, E.G., Lincoln, Y.S. 1994. "Competing paradigms in qualitative research". In N.K. Denzin & Y.S. Lincoln (Eds.) *Handbook of qualitative research* (pp. 105-117). London : Sage.
- HAMEL, Johanne. 2006. *De l'autre côté du miroir : Rêves, art thérapie et guérison*. Montréal: Québecor, 204 pages.
- HAREL, Simon. 2005. *Les passages obligés de l'écriture migrante*. Montréal : XYZ éditeur, 250 pages.
- HILLION, Jacques. 2006. *Passer à l'action: manuel à l'usage de ceux qui ont des idées géniales et ne les réalisent jamais*. Paris : Eyrolles, 199 pages.
- HILLMAN, James. 1993. *La Beauté de Psyché : L'âme et ses symboles*. Montréal : Le Jour éditeur, 333 pages. (ISBN 2-8904-4489-9)
- HOUSTON, Jean. 1990. *Psychologie sacré : L'union avec le bien-aimé de l'âme*. St-Jean de Brayes : Édition Dangles, 327 pages.
- HUSSERL, E. 1913. *L'idée de la phénoménologie*. Trad. fr. Paris: PUF. 1970. 136 pages.
- JOURARD, S.M. 1974. *La Transparence de Soi*. Saint-Foy, Québec: Saint-Ives.
- JUNG, Carl Gustave. 1958. *The undiscover self*. Little Brown, 113 pages.
- JUNG, Carl Gustave. 1966. *Ma vie, Souvenirs, rêves et pensées recueillis et publiés par Aniëla Jaffé*. Paris : Éditions Gallimard. 468 pages.
- JUNG, Carl Gustave. 1976. *La guérison psychologique*. Genève : Georg éditeur S.A., 342 pages.
- KARSENTI, Thierry et Lorraine SAVOIE-ZAJC. 2004. *La recherche en éducation : étapes et approches*. Sherbrooke: Éditions du CRP. 316 pages.
- KRISHNAMURTI, Jiddu. 1969. *Se libérer du connu*. Paris : Éditions Stock. 126 pages.
- KRISNAMURTI, Jiddu. 2014. *Cette lumière en nous*. Paris : édition stock, 168 pages.

- L. BURN, Sophia. 2007. « Le récit comme outil de réflexivité, d'autoconscientisation et d'autoconstruction », (sous la dir. de) Monik Bruneau et André Villeneuve, dans *Traiter de recherche création en art, entre la quête d'un territoire et la singularité des parcours*. Québec : Presses de l'Université du Québec. 419 pages.
- LANGUIRAND, Jacques et, Jean, Proulx. 2009. *L'héritage spirituel Amérindien, Le grand mystère*. Montréal : Édition le jour, 187 pages.
- LAPERRIÈRE, A. 1982. « Pour une construction empirique de la théorie : la nouvelle école de Chicago », in *Sociologie et sociétés*, 14(1), p. 31-41.
- LAURAU, René. 1988. *Le journal de recherche. Matériaux d'une théorie de l'implication*. Paris : Méridiens Klincksieck, 270 pages.
- LEGAULT, Maurice. 2004. « La symbolique en analyse de pratique (Intermède) », *Revue Expliciter*, n°57, décembre, p.47-52. Groupe de recherche sur l'explicitation (GREX), Paris.
- LEGAULT, Maurice. 2005. « La symbolique en analyse de pratique : Pour une pratique de la présence au vécu de l'action et au vécu de la réflexion (1<sup>e</sup> partie) », *Revue Expliciter*, # 62, p.35-44. Groupe de recherche sur l'explicitation (GREX), Paris, décembre 2005.
- LIPSCHITZ, Arouna. 2003. *Dis-moi si je m'approche*. Paris : Éditions J'ai lu, 282 pages.
- MAILLÉ, Claire. 2009. « Le sacré dans nos liens : Recherche heuristique sur la reliance comme mode d'accompagnement ». Mémoire présenté comme exigence partielle à la maîtrise des pratiques psychosociales, Rimouski : Université du Québec à Rimouski, 201 pages.
- MASLOW, A.H.. 2004. *L'accomplissement de soi : de la motivation à la plénitude*. Paris : Eyrolles, 208 pages.
- MCCARTHY, K.S. 2009. « Specific, common, and unintended factors in psychotherapy : descriptive and correlational approaches to what creates change » Thèse présenté dans le cadre du doctorat en psychologie, Département de psychologie, Pensylvanie : Université de Pensylvanie, 62 pages.
- MOORE, Thomas. 1994. *Le soin de l'âme*. Paris : Flammarion, 354 pages.
- MOUSTAKAS, Clark. 1990. *Heuristic Research, Desing, Methodology and Application*. Newbury park: Sage publication. 130 pages.

- NOËL, Agnès. 2009. « La relation trans-formatrice: vers une éthique de l'accompagnement sensible ». Mémoire présenté comme exigence partielle à la maîtrise des pratiques psychosociales, Rimouski : Université du Québec à Rimouski, 222 pages.
- OUELLET, Denise. 2010. « Le traitement des réactions contre-transférentielles en fonction de l'utilisation clinique ». Thèse présentée dans le cadre du doctorat en psychologie, Département de psychologie, Sherbrooke : Université de Sherbrooke, 89 p.
- OSHO. 2004. *Le courage, la joie de vivre dangereusement sa vie*. Thonon-les-Bains : Éditions Jouvence, 191 pages.
- OSHO. 2012. *Être en pleine conscience*. Saint-Julien en Genevoix Cedex : Éditions Jouvence, 288 pages.
- PILON, Jean-Marc. 2009. « Principes et méthodes de la maîtrise en étude des pratiques psychosociales », *Présences*, vol.2.
- PINKOLA ESTES, Clarissa. 2007. *La danse des grand-mères*. Paris : Grasset et Fasquelle, 128 pages.
- PINKOLA ESTÉS, Clarissa. 1996 pour la traduction française. *Femmes qui courent avec les Loups : histoires et mythologie de l'archétype de la femme sauvage*. Paris: Grasset, 487 pages.
- POLANYI, M. 1959. *The Study of Man*. Chicago: University of Chicago Press. 102 pages.
- RABINOW, Paul. 1997. *Essays on the Antropology of reason*. Princeton: Princeton University Press, 190 pages.
- REICH, William. 1942, 1948, réimp. FSG, 1973. *La Fonction de l'orgasme*. Paris : L'Arche, 1986. Orig. allemand *Die Funktion des Orgamus*, trad. américaine *The Function of the Orgasm*, 304 pages.
- RICHARD, Jean-Pierre. 1980. *Literatură și senzație*. București : Editura Univers, 128 pages.
- RICOEUR, Paul. 1985. « Avant la loi morale : l'éthique », *Encyclopaedia Universalis*, vol. Supplément II, p. 42-45. Paris.
- RICOEUR, Paul. 1986. *Du texte à l'action: essais sur l'herméneutique*, Vol. II. Paris : Éditions du Seuil. 139 pages.
- RILKE, Rainer Maria. 1994. *Lettres à un jeune poète*. Paris : Flammarion. 161 pages.

ROSENBERG, Jack Lee. 1989. *Le corps, le soi et l'âme*. Montréal : Éditions Québec/Amérique, 203 pages.

RUGIRA, Jeanne-Marie. 2004. *La souffrance comme expérience trans-formatrice*. Récit autobiographique d'inspiration phénoménologico-herméneutique. Thèse présentée comme exigence partielle du doctorat en éducation. Université du Québec à Rimouski en association avec l'Université du Québec à Montréal, 338 pages.

SCHÖN, D.A. 1987. *Educating the Reflective Practitioner*. San Francisco: Jossey-Bass, 355 p.

SCHÖN, D.A. 1983. *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. New-York : Basic Books. Traduction française par J. Heynemand, et D. Gagnon. (1994). *Le praticien réflexif, à la recherche du savoir caché dans l'agir professionnel*. Montréal : Les Éditions Logiques, 418 p.

SCHORE, A. N. 2003a. *Affect dysregulation and disorders of the self*. New York: Norton and company, 432 pages.

SCHORE, A. N. 2003b. *Affect regulation and the repair of the self*. New York: Norton and company, 384 pages.

SIEGEL, D. J. 1999. *The developing mind*. New York : The Guilford Press, 394 pages.

TOLLE, Eckhart. 2005. *Nouvelle Terre, l'avènement de la conscience humaine*. Outremont : Éditions Ariane, 261 pages.

VALÉRY, Paul. 1974. *Cahiers II*. Paris, éd. Gallimard.

WINNICOTT, D.W. 1988. *Processus de maturation chez l'enfant* (1965). Paris : Payot, 259 pages.

### **Bibliographie internet**

CLOUTIER, Cécile. *La "faisance" du poème selon "poïétique" de Valéry*  
[http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol\\_5/Cloutier/Cloutier.htm](http://www.uqtr.quebec.ca/AE/Vol_5/Cloutier/Cloutier.htm)

GOUVERNEMENT DU QUÉBEC, Projet de loi n°21 : Loi modifiant le code des professions et d'autres dispositions législatives dans le domaine de la sante mentale et des relations humaines. <http://www.assnat.qc.ca/fr/travaux-parlementaires/projets-loi/projet-loi-21-39-1.html>

VAN DER VLOET, J. Dr.. Le concept de l'initiation du point de vue de l'anthropologie et de la psychologie. [www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc](http://www.ccee.ch/ressourcen/download/20080523163735.doc) p.3.